

**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 физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА
СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки

49.04.03 Спорт

Направленность (профиль)

Научно-методическое обеспечение подготовки спортсменов

Квалификация
Магистр

Форма обучения
Очная / заочная

Санкт-Петербург, 2025

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

В соответствии с учебным планом дисциплина «Теория и методика спорта высших достижений» (Б1.О.06) изучается на I курсе по очной форме обучения, на I курсе по заочной форме обучения. Виды промежуточной аттестации: по **очной** форме обучения – в 1 семестре – **зачёт**, во 2 семестре – **экзамен**, по **заочной** форме обучения – в 1 семестре – **зачёт**, во 2 семестре – **экзамен**.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ.

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК–6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы её совершенствования на основе самооценки
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК–1. Способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта
Спортивный отбор	ОПК–2. Способен осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв
Обучение и развитие	ОПК–3. Способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности
Воспитание	ОПК–4. Способен формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва
	ОПК–5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу
Контроль и анализ	ОПК–6. Способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации
Организационно-методическое обеспечение	ОПК–10. Способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов
	ОПК–11. Способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК–6	УК–6.1. Знает: - уровень профессиональной компетентности в преподаваемой дисциплине, основы рациональной организации труда	Знает: - уровень профессиональной компетентности в теории и методике спорта высших достижений, основы рациональной организации труда, как тренера, так и спортсмена (в том числе – характеристики и механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; возможные сферы и направления профессиональной самореализации)
	УК–6.2. Умеет: - оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы	Умеет: - оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в неё коррективы (в том числе – формулировать цели профессионального и личностного развития, способы и пути достижения планируемых целей; анализировать и сопоставлять результаты решения практических задач с поставленной целью самообразования, саморазвития, повышения квалификации и мастерства)
ОПК–1	ОПК–1.1. Знает: - систему управления спортом в Российской Федерации; - проектную деятельность в физической культуре и спорте; - общие положения технологии планирования подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов; - основные технологические процедуры, обеспечивающие управление системой подготовки спортсмена; - положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта; - основные закономерности и принципы построения спортивной тренировки; - организацию и структуру подготовки спортсменов; - технологии управления развитием спортивной формы в больших (олимпийских) циклах подготовки; - систему факторов, обеспечивающих эффективность соревновательной и тренировочной деятельности (отбор, кадровое, информационное, научно-методическое, медико-биологическое, материально-техническое, финансовое обеспечение, управление и организация процесса); - типовые (модельные) и авторские ме-	Знает: - управление как объект научного анализа в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности в Российской Федерации; - основные технологические подходы к построению тренировочных циклов; - общие положения технологии планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов; - основные технологические процедуры, обеспечивающие управление системой подготовки спортсмена; - положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта, как документы, определяющие организацию и проведение соревнований в спорте высших достижений; - основные закономерности и принципы построения спортивной тренировки; - организацию и структуру подготовки спортсменов; - технологии управления развитием спортивной формы в больших (олимпийских) циклах подготовки; - систему факторов, обеспечивающих эффективность соревновательной и тренировочной деятельности (отбор, кадровое, информационное, научно-методическое, медико-биологическое, материально-техническое, финансовое обеспечение, управление и организацию процесса); - типовые (модельные) и авторские (инно-

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p>тодики и технологии тренировочной работы со спортивными командами, профессиональными спортивными командами</p> <p>ОПК–1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить цели, выбирать конкретные средства, методы, приёмы в отношении поставленных задач спортивной подготовки; - выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям; - проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям; - определять на каждом этапе подготовки цели и задачи спортивных сборных команд; - определять цели и задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды; - разрабатывать новые технологии решения задач, в том числе инновационные <p>ОПК–1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов подготовки и календаря соревнований квалифицированных спортсменов; - планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов 	<p>вационные) методики и технологии тренировочной работы со спортивными командами, профессиональными спортивными командами</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить цели, выбирать конкретные средства, методы, приёмы в отношении поставленных задач спортивной подготовки; - выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям; - проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям; - определять на каждом этапе подготовки цели и задачи спортивных сборных команд; - определять цели и задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды; - разрабатывать новые технологии решения задач спортивной подготовки, в том числе инновационные (принимать нестандартные решения в виртуальных / моделированных условиях за счёт реализации творческого подхода) <p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа основных технологических подходов к построению больших тренировочных циклов (макроциклов), средних тренировочных циклов (мезоциклов) и малых тренировочных циклов (микроциклов) у высококвалифицированных спортсменов как первого этапа составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов спортивной подготовки и календаря соревнований высококвалифицированных спортсменов; - анализа традиционных и альтернативных подходов к построению макроциклов у высококвалифицированных спортсменов как первого этапа планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов
ОПК–2	<p>ОПК–2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; - теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования; - медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характери- 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; - теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования; - медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивных сборных команд Российской Федерации; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p>стики выдающихся спортсменов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности, достигнутых профессиональными спортсменами <p>ОПК–2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагностировать спортивные возможности индивидуума, оценивать перспективы достижения спортсменом результатов международного класса; - проводить методически обоснованный отбор в резерв спортивной сборной команды; - выявлять уровень подготовленности, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды; - определять требования к спортсменам, перспективным для зачисления в спортивную сборную команду; - планировать, координировать и контролировать работу по обеспечению централизованного отбора в спортивный резерв 	<p>выдающихся спортсменов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности, достигнутых профессиональными спортсменами <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагностировать спортивные возможности, оценивать перспективы роста спортивных достижений и установления спортивных рекордов в спорте высших достижений; - проводить методически обоснованный отбор в резерв спортивной сборной команды; - выявлять уровень подготовленности, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды; - определять требования к спортсменам, перспективным для зачисления в спортивную сборную команду; - планировать, координировать и контролировать работу по обеспечению централизованного отбора в спортивный резерв
ОПК–3	<p>ОПК–3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - градации и ведущую классификацию упражнений как средств подготовки спортсмена; - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки; - концепцию структуры спортивно-тренировочного процесса; - специфику средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями спортсменов; - современные методики спортивной тренировки; - методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений; - методики обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта; - технологии принятия решений о состоянии спортсмена; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диапазон и многообразие применения физических упражнений как средств подготовки высококвалифицированных спортсменов; - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки; - сущность и компонентный состав системы спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов; - специфику средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями высококвалифицированных спортсменов; - современные методики спортивной тренировки; - методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений; - методики обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта высших достижений (в том числе, актуальные теоретико-методологические аспекты спорта высших достижений в ракурсе теории творчества; понятия, структуру, основные теории, механизмы и этапы формирования, а также методы изучения творчества); - технологии принятия решений об оперативных состояниях высококвалифициро-

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p>- особенности построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды</p> <p>ОПК–3.2. Умеет:</p> <p>- анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд;</p> <p>- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных</p>	<p>ванных спортсменов;</p> <p>- особенности построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды</p> <p>Умеет:</p> <p>- анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд (в том числе, продуцирования творческих идей для повышения эффективности тренерской деятельности в спорте высших достижений);</p> <p>- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных (на примере российских спортивно-педагогических исследований, имеющих нестандартные либо инновационные решения)</p>
ОПК–4	<p>ОПК–4.1. Знает:</p> <p>- социокультурный потенциал физической культуры и спорта</p> <p>ОПК–4.2. Умеет:</p> <p>- разрабатывать программы формирования спортивных целей и мотивированного поведения участников спортивной команды, профессиональной спортивной команды</p>	<p>Знает:</p> <p>- социокультурный потенциал физической культуры и спорта (в том числе пути интеграции спорта и искусства)</p> <p>Умеет:</p> <p>- проводить сравнительный анализ целевых комплексных программ / планов спортивной подготовки / программ мотивированного поведения сильнейших спортсменов / участников спортивных команд / профессиональных спортивных команд (на примере ряда видов спорта) как первый этап разработки авторских вариантов указанных документов</p>
ОПК–5	<p>ОПК–5.1. Знает:</p> <p>- систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>- сущность спорта, закономерности его развития и функционирования в обществе, структуру современного спортивного движения в мире;</p> <p>- основные принципы обобщения и распространения передового опыта тренерской деятельности</p> <p>ОПК–5.2. Умеет:</p> <p>- анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта</p>	<p>Знает:</p> <p>- систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>- сущность спорта, закономерности его развития и функционирования в обществе, структуру современного спортивного движения в мире;</p> <p>- основные принципы обобщения и распространения передового опыта тренерской деятельности</p> <p>Умеет:</p> <p>- анализировать новые подходы и методические решения в сфере спорта высших достижений</p>
ОПК–6	<p>ОПК–6.1. Знает:</p> <p>- проблематику основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической и др.) в процессе спортивной тренировки;</p> <p>- показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной</p>	<p>Знает:</p> <p>- проблематику основных сторон подготовки спортсмена в процессе спортивной тренировки;</p> <p>- показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельно-</p>

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p>деятельности спортсменов высокой квалификации, спортивных сборных команд;</p> <ul style="list-style-type: none"> - возможности использования информационных технологий в спорте в качестве инструмента фиксации спортивного результата, в качестве тренировочных комплексов, с целью мониторинга состояния спортсмена; - целевые показатели развития системы подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений в Российской Федерации, вида спорта 	<p>сти спортсменов высокой квалификации, спортивных сборных команд;</p> <ul style="list-style-type: none"> - возможности использования информационных технологий в спорте в качестве инструмента фиксации спортивного результата, в качестве тренировочных комплексов, с целью мониторинга состояния спортсмена; - целевые показатели развития системы подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений в Российской Федерации (на примере ряда видов спорта)
	<p>ОПК–6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности и выявлять причины её несовершенства; - применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности в спорте высших достижений, выявлять причины возникающих недостатков; - применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом
	<p>ОПК–6.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения сравнительного анализа результативности выступления отдельных спортсменов в спортивных соревнованиях; - оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретного спортсмена 	<p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения сравнительного анализа результативности выступления отдельных спортсменов в спортивных соревнованиях; - оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретных спортсменов
ОПК–10	<p>ОПК–10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований; - формальные процедуры, необходимые для обеспечения участия спортивной сборной команды в официальных спортивных соревнованиях национального, регионального и местного уровня; - ключевые факторы результата спортсмена в спортивных соревнованиях и методы управления результатом; - способы объективизации спортивного результата в конкретном соревновании 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований; - формальные процедуры, необходимые для обеспечения участия спортивной сборной команды в официальных спортивных соревнованиях национального, регионального и местного уровня; - ключевые факторы результата спортсмена в спортивных соревнованиях и методы управления спортивным результатом; - способы объективизации спортивного результата в конкретном соревновании
	<p>ОПК–10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять влияние изменения правил соревнований на подготовку спортсменов; - определять общую стратегию подготовки к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внутренировочных факторов) 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять влияние изменения правил соревнований на подготовку высококвалифицированных спортсменов; - определять общую стратегию подготовки высококвалифицированных спортсменов к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внутренировочных факторов)
	<p>ОПК–10.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа и разбора результатов выступлений спортсмена сборной команды Российской Федерации в спортивных соревнованиях 	<p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа и разбора результатов выступлений спортсменов сборных команд Российской Федерации в спортивных соревнованиях
ОПК–11	<p>ОПК–11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию переработки практическо- 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию переработки практического и

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p>го и теоретического материала в методический;</p> <p>- основные объективные противоречия, существующие в различных направлениях и разделах спортивной практики, в том числе в общедоступном, профессиональном супердостиженческом и профессионально-коммерческом спорте</p> <p>ОПК–11.2. Умеет:</p> <p>- разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки квалифицированных спортсменов;</p> <p>- оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическим и методическим подходам к разработке и реализации программ спортивной подготовки</p>	<p>теоретического материала в методический;</p> <p>- основные объективные противоречия, существующие в различных направлениях и разделах спортивной практики, в том числе в общедоступном, профессиональном супердостиженческом и профессионально-коммерческом спорте</p> <p>Умеет:</p> <p>- разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки высококвалифицированных спортсменов (в том числе, как выявлять нестандартные и инновационные компоненты в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов, так и создавать в ней новые элементы);</p> <p>- оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическим и методическим подходам к разработке и реализации программ спортивной подготовки</p>

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры			
			1	2	3	4
Контактная работа преподавателей с обучающимися		48	24	24	–	–
В том числе:		–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа		32	16	16	–	–
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16	8	8	–	–
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)		24	6 (зач.)	18 (экз.)	–	–
Самостоятельная работа магистранта		144	78	66	–	–
<i>Подготовка авторских разработок по содержанию дисциплины (модуля)</i>		128	70	58	–	–
<i>Подготовка к тестированию</i>		16	8	8	–	–
Общая трудоёмкость	часы	216	108	108	–	–
	зачётные единицы	6	3	3	–	–

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		1	2	3	4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися	24	12	12	–	–	–
В том числе:	–	–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа	16	8	8	–	–	–
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	8	4	4	–	–	–
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)	13	4 (зач.)	9 (экз.)	–	–	–
Самостоятельная работа магистранта	179	92	87	–	–	–
<i>Выполнение контрольной работы</i>	20	–	20	–	–	–
<i>Подготовка авторских разработок по содержанию дисциплины (модуля)</i>	155	90	65	–	–	–
<i>Подготовка к тестированию</i>	4	2	2	–	–	–
Общая трудоёмкость	часы	216	108	108	–	–
	зачётные единицы	6	3	3	–	–

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).**4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.**

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1. МОДУЛЬ «КОНЦЕПЦИЯ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ»			
1.1	Спорт высших достижений в призме науки и образования	Спорт высших достижений как предмет научного анализа. Соревнования – основа существования спорта. Сущность спортивных достижений, их виды, состав и строение. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социокультурный потенциал физической культуры и спорта (в том числе пути интеграции спорта и искусства); - систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; - сущность спорта, закономерности его развития и функционирования в обществе, структуру современного спортивного движения в мире; - теорию соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований; - формальные процедуры, необходимые для обеспечения участия спортивной сборной команды в официальных спортивных соревнованиях национального, регионального и местного уровня; - ключевые факторы результата спортсмена в спортивных соревнованиях и методы управления спортивным результатом; - способы объективизации спортивного результата в конкретном соревновании; - технологию переработки практического и теоретического материала в методический; - основные объективные противоречия, существующие в различных направлениях и разделах спортивной практики, в том числе в общедоступном, профессиональном супердостиженческом и профессионально-коммерческом спорте. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять влияние изменения правил соревнова-

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, НАВЫКОВ
			ний на подготовку высококвалифицированных спортсменов
1.2	Методологические аспекты построения теории олимпийской подготовки и современная система знаний	Система спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Ретроспективный анализ успешности выступления спортсменов ряда стран на Олимпийских играх и основные подходы к построению национальной системы олимпийской подготовки. Дифференциация знаний в разделах современной теории олимпийской подготовки на различных иерархических уровнях и направления совершенствования системы олимпийской подготовки	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта, как документы, определяющие организацию и проведение соревнований в спорте высших достижений; - основные закономерности и принципы построения спортивной тренировки; - организацию и структуру подготовки спортсменов; - типовые (модельные) и авторские (инновационные) методики и технологии тренировочной работы со спортивными командами, профессиональными спортивными командами; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики выдающихся спортсменов; - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности, достигнутых профессиональными спортсменами; - диапазон и многообразие применения физических упражнений как средств подготовки высококвалифицированных спортсменов; - сущность и компонентный состав системы спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов; - специфику средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями высококвалифицированных спортсменов; - современные методики спортивной тренировки; - методики обеспечения роста технического и тактического мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений; - основные принципы обобщения и распространения передового опыта тренерской деятельности; - проблематику основных сторон подготовки спортсмена в процессе спортивной тренировки. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить цели, выбирать конкретные средства, методы, приёмы в отношении поставленных задач спортивной подготовки; - выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям; - проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям; - определять на каждом этапе подготовки цели и задачи спортивных сборных команд; - определять цели и задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды; - диагностировать спортивные возможности, оценивать перспективы роста спортивных достижений и установления спортивных рекордов в спорте высших достижений; - выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности в спорте высших достижений, выявлять причины возникающих недостатков; - применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом; - оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическим и методическим подходам к разработке и реализации программ спортивной подготовки. <p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения сравнительного анализа результативности выступления отдельных спортсменов в спортивных соревнованиях; - оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретных спортсме-

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, НАВЫКОВ
			менов; - анализа и разбора результатов выступлений спортсменов сборных команд Российской Федерации в спортивных соревнованиях
1.3	Основные технологические подходы к построению тренировочных циклов у высококвалифицированных спортсменов	Традиционные и альтернативные подходы к построению больших тренировочных циклов (макроциклов) у высококвалифицированных спортсменов. Основные технологические подходы к построению мезоциклов и микроциклов у высококвалифицированных спортсменов	Знает: - основные технологические подходы к построению тренировочных циклов; - общие положения технологии планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов; - технологии управления развитием спортивной формы в больших (олимпийских) циклах подготовки; - оправданные величины тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки. Умеет: - проводить сравнительный анализ целевых комплексных программ / планов спортивной подготовки / программ мотивированного поведения сильнейших спортсменов / участников спортивных команд / профессиональных спортивных команд (на примере ряда видов спорта) как первый этап разработки авторских вариантов указанных документов. Имеет опыт (навык): - анализа основных технологических подходов к построению больших тренировочных циклов (макроциклов), средних тренировочных циклов (мезоциклов) и малых тренировочных циклов (микроциклов) у высококвалифицированных спортсменов как первого этапа составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов спортивной подготовки и календаря соревнований высококвалифицированных спортсменов; - анализа традиционных и альтернативных подходов к построению макроциклов у высококвалифицированных спортсменов как первого этапа планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов
1.4	Отбор, управление, контроль, обеспечение и условия в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности	Отбор, управление и контроль в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности. Система обеспечения олимпийской подготовки. Экстремальные условия в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности	Знает: - управление как объект научного анализа в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности в Российской Федерации; - основные технологические процедуры, обеспечивающие управление системой подготовки спортсмена; - систему факторов, обеспечивающих эффективность соревновательной и тренировочной деятельности (отбор, кадровое, информационное, научно-методическое, медико-биологическое, материально-техническое, финансовое обеспечение, управление и организацию процесса); - технологии принятия решений об оперативных состояниях высококвалифицированных спортсменов; - особенности построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды; - показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации, спортивных сборных команд; - возможности использования информационных технологий в спорте в качестве инструмента фиксации спортивного результата, в качестве тренировочных комплексов, с целью мониторинга состояния спортсмена; - целевые показатели развития системы подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений в Российской Федерации (на примере ряда видов спорта). Умеет: - планировать, координировать и контролировать работу по обеспечению централизованного отбора в

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, НАВЫКОВ
			спортивный резерв; - определять общую стратегию подготовки высококвалифицированных спортсменов к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внутренировочных факторов)
2. МОДУЛЬ «СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ В ПРИЗМЕ ОДАРЁННОСТИ, ТВОРЧЕСТВА, ИСКУССТВА»			
2.1	Одарённость как главное условие успешности в спорте высших достижений	Генетические аспекты спортивной успешности. Вариативность и двигательная одарённость в спорте. Организационно-методические основы диагностики спортивной одарённости. Индивидуальнотипические различия в структуре двигательной одарённости детей и их значение при выборе спортивной специализации	Знает: - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; - теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования; - медицинские, возрастные и психофизиологические требования к кандидатам на зачисление в резерв спортивных сборных команд Российской Федерации. Умеет: - проводить методически обоснованный отбор в резерв спортивной сборной команды; - выявлять уровень подготовленности, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды; - определять требования к спортсменам, перспективным для зачисления в спортивную сборную команду
2.2	Творчество спортсмена и искусство в спорте	Творчество: понятия, структура, теории, механизмы и этапы формирования, методы изучения. Творчество в спорте. Содержание и структура изобретательского творчества в сфере физической культуры и спорта и влияние на него социально-организационных факторов. Интеграция спорта и искусства как социально-педагогическая проблема. Искусство движения и биоэнергетический анализ тела. Спорт как искусство. Реализация творческих способностей спортсменов в многообразии модификации техник соревновательных упражнений	Знает: - уровень профессиональной компетентности в теории и методике спорта высших достижений, основы рациональной организации труда, как тренера, так и спортсмена (в том числе – характеристики и механизмы процессов саморазвития и самореализации личности; возможные сферы и направления профессиональной самореализации). Умеет: - оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в неё коррективы (в том числе – формулировать цели профессионального и личностного развития, способы и пути достижения планируемых целей; анализировать и сопоставлять результаты решения практических задач с поставленной целью самообразования, саморазвития, повышения квалификации и мастерства)
2.3	Педагогическое творчество как механизм управления ростом высших спортивных достижений	Управление развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ. Формирование готовности студентов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям. Использование приёмов воображения тренером и спортсменом с целью повышения эффективности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	Знает: - методики обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методике спорта высших достижений (в том числе, актуальные теоретико-методологические аспекты спорта высших достижений в ракурсе теории творчества; понятия, структуру, основные теории, механизмы и этапы формирования, а также методы изучения творчества). Умеет: - разрабатывать новые технологии решения задач спортивной подготовки, в том числе инновационные (принимать нестандартные решения в виртуальных / моделированных условиях за счёт реализации творческого подхода); - анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд (в том числе, продуцирования творческих идей для повышения эффективности тренерской деятельности в спорте высших достижений);

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, НАВЫКОВ
			<ul style="list-style-type: none"> - выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных (на примере российских спортивно-педагогических исследований, имеющих нестандартные либо инновационные решения); - анализировать новые подходы и методические решения в сфере спорта высших достижений; - разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки высококвалифицированных спортсменов (в том числе, как выявлять нестандартные и инновационные компоненты в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов, так и создавать в ней новые элементы)

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
I семестр		
1.1	<p><i>Лекция № 1. Спорт высших достижений как предмет научного анализа. Теория и методика спорта высших достижений как научная и учебная дисциплины.</i></p> <p>Формирование дисциплины «Теория и методика спорта высших достижений», её место в системе научно-образовательных знаний о спорте. Философско-методологические и культурно-логические аспекты теории и методики спорта высших достижений. Цель и задачи дисциплины, её значение в профессиональной подготовке магистрантов. Содержание и структура курса «Теория и методика спорта высших достижений». Основные понятия (категории) спорта высших достижений. Проблематика курса «Теория и методика спорта высших достижений». Методология, методы и логика построения исследований в теории и методике спорта высших достижений.</p> <p><i>Место спорта высших достижений в общей системе спортивной подготовки.</i></p> <p>История развития спорта высших достижений, его структура. Диалектическая связь спорта высших достижений и базового спорта (массового спорта / спорта для всех). Социальные функции спорта высших достижений. Основные задачи развития спорта высших достижений в Российской Федерации.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией. 	2
1.1	<p><i>Лекция № 2. Соревнования – основа существования спорта.</i></p> <p>Сущность спортивных соревнований. Фазовая структура спортивных состязаний. Условия, влияющие на соревновательную деятельность: особенности места проведения соревнований, поведение болельщиков, оборудование места проведения соревнований, географическое положение, характер судейства, поведение тренеров и другие. Виды спортивных соревнований и их место в системе подготовки спортсменов. Показатели соревновательной практики в годичном цикле у высококвалифицированных спортсменов. Стратегия, техника и тактика соревновательной деятельности спортсменов. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией. 	2
1.1	<p><i>Лекция № 3. Сущность спортивных достижений, их виды, состав и строение.</i></p> <p>Спортивные достижения как многофакторное и многоуровневое (иерархическое) явление. Классификация спортивных достижений. Характеристика некоторых видов спортивных достижений (спортивных результатов), различающихся по результатам соревновательной деятельности. Критерии измерения и оценки спортивных результатов. Особенности состава и структуры высших спортивных и рекордных достижений, измеряемых с помощью различных показателей. Зави-</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>симость результативности соревновательной деятельности от параметров подготовленности спортсменов. Тенденции и закономерности роста высших спортивных достижений в отдельных спортивных дисциплинах. Проблема прогнозирования высших спортивных достижений.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
1.2	<p><i>Лекция № 4. Система спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Цель и задачи спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Особенности учёта принципов спортивной тренировки в ходе олимпийской подготовки. Диапазон средств спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Особенности применения методов и методических приёмов в спортивной тренировке высококвалифицированных спортсменов. Методические подходы и методические направления, применяемые в спортивной тренировке высококвалифицированных спортсменов. Варианты применения педагогических технологий для повышения эффективности спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Особенности реализации спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов в разных организационно-педагогических формах. Особенности дозирования компонентов нагрузки, пути преодоления утомления и диапазон технологий восстановления в спортивной тренировке высококвалифицированных спортсменов. Особенности адаптации к спортивной тренировке у высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.2	<p><i>Лекция № 5. Ретроспективный анализ успешности выступления спортсменов ряда стран на Олимпийских играх и основные подходы к построению национальной системы олимпийской подготовки.</i></p> <p>Результаты выступления спортсменов ряда стран, в том числе российских спортсменов, в неофициальном командном зачёте в летних и зимних Олимпийских играх, их перспективы для улучшения общекомандных результатов. Факторы, влияющие на место той или иной страны в таблице общего медального зачёта Олимпийских игр. Подходы к построению системы олимпийской подготовки.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.3	<p><i>Лекция № 6. Традиционные и альтернативные подходы к построению больших тренировочных циклов (макроциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Общая структура многолетней спортивной подготовки и место системы олимпийской подготовки в нём. Особенности построения спортивной подготовки в олимпийских циклах. Факторы, определяющие выбор конкретной модели построения круглогодичной тренировки. Наиболее принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов (по Л. П. Матвееву). Достоинства и недостатки «классической» модели построения тренировочного года. Суть альтернативных моделей построения годичных макроциклов, предложенных Ю. В. Верхошанским, А. П. Бондарчуком, В. Б. Иссуриным и другими. Основные подходы к построению тренировочного процесса при подготовке спортсменов к главным соревнованиям в рамках годичных циклов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.4	<p><i>Лекция № 7. Отбор, управление и контроль в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности.</i></p> <p><i>Критерии и подходы к отбору и комплектованию спортсменов в национальные сборные команды.</i></p> <p>Факторы, обуславливающие успешность спортивной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства. Роль и место спортивного таланта в достижении высоких спортивных результатов. Спортивный талант, его структура. Наследуемость спортивного таланта. Критерии диагностики спортивной пригодности при комплектовании и отборе спортсменов в национальные сборные команды. Проблемы спортивного отбора к конкретным соревнованиям. Пути повышения эффективности спортивного отбора. Система отбора высококвалифицированных спортсменов в разных странах.</p> <p><i>Управление и контроль в системе олимпийской подготовки и соревновательной</i></p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p><i>деятельности.</i></p> <p>Технология управления спортивной тренировкой. Основные структурные компоненты и схемы управления спортивной подготовкой. Цель, задачи и объекты управления спортивной подготовкой. Виды управления спортивной подготовкой: этапное, текущее и оперативное. Особенности управления олимпийской подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов. Цель, задачи и объекты контроля в олимпийской подготовке. Диапазон показателей по видам подготовленности, рекомендуемый для контроля у высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
1.4	<p><i>Лекция № 8. Система обеспечения олимпийской подготовки.</i></p> <p>Современные требования, предъявляемые к обеспечению подготовки спортсменов национальных сборных команд в олимпийском спорте. Система обеспечения олимпийской подготовки, её состав и структура. Факторы, влияющие на обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов. Организационно-управленческие и технологические аспекты реализации научно-методического, медико-биологического, информационного, материально-технического, антидопингового обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
II семестр		
2.1	<p><i>Лекция № 1. Генетические аспекты спортивной успешности.</i></p> <p>Наследственные влияния на функциональные возможности и физические качества спортсменов: морфофункциональные показатели; генетический контроль физических качеств; спортивные семьи. Генетические маркеры спортивных задатков: свойства и значение; антропогенетика; хромосомные маркеры; гормональные маркеры; группы крови; дерматоглифика; состав мышечных волокон; моторное доминирование; индивидуальный профиль спортивной асимметрии; функциональные асимметрии; генетические и средовые влияния на функциональную асимметрию. Взгляды генетиков на тренируемость спортсменов: тренируемость (обучаемость) как природное свойство; наследственные пределы изменения функциональных показателей и физических качеств в процессе спортивной тренировки; величина тренировочного эффекта; значение временного фактора; высокая и низкая тренируемость спортсменов. Спортивная специализация и стиль соревновательной деятельности в контексте спортивной генетики.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.1	<p><i>Лекция № 2. Вариативность и двигательная одарённость в спорте.</i></p> <p>Наследственные задатки: определение и связь с категорией «способности». Общепсихологический подход к определению категории «способности». Дифференциально-психологический подход к определению категории «способности». Личностно-деятельностный подход к определению категории «способности». Функционально-генетический подход к определению категории «способности». Влияние оценки достоинств и недостатков различных подходов к определению категории «способности» на эффективность профессиональной деятельности тренера и спортсмена. Одарённость как объект системного анализа. «Вариативность и двигательная одарённость в спорте»: результаты исследования В. В. Гожина (1998). Вариативность как явление изменчивости. Структурная схема трудности двигательного задания. Изменение вариативности движений спортсменов различной квалификации. Два методических подхода к анализу двигательных действий. Трудность и сложность двигательных заданий. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования В. В. Гожина в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.1	<p><i>Лекция № 3. Организационно-методические основы диагностики спортивной одарённости.</i></p> <p>Способности: классификации, свойства, теории. Общие и специальные способности. Двухфакторная теория способностей Ч. Спирмена. Полифункциональность способностей. Склонности и способности: точки соприкосновения. Склон-</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>ность посвятить судьбу большому спорту и способность установить спортивный рекорд. Одарённость как основа формирования способностей. Виды одарённости. Психомоторная одарённость. Интеллектуальная одарённость. Творческая одарённость. Академическая одарённость. Социальная одарённость. Духовная одарённость. Талант, одарённость и способности в структуре спортивной деятельности. Идеалистические теории обусловленности способностей: биологическая теория одарённости, теория социальной обусловленности способностей, теория биосоциальной обусловленности способностей. Учёт основных положений идеалистических теорий обусловленности способностей в профессиональной деятельности тренера и спортсмена. «Организационно-методические основы диагностики спортивной одарённости»: результаты исследования И. Ю. Соколик (1998). Структура и модели спортивной одарённости. Показатели спортивной одарённости. Методы классификации спортсменов высокой квалификации по параметрам одарённости. Многомерные модели спортивной одарённости. Организационно-методическая модель функционирования центра отбора. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования И. Ю. Соколик в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
2.2	<p><i>Лекция № 4. Творчество: понятия, структура, теории, механизмы и этапы формирования, методы изучения. Творчество в спорте.</i></p> <p>Понятийное поле теории творчества. Пути формирования категориального аппарата теории творчества. Специфические признаки ключевых понятий теории творчества с точки зрения великих (талантливых) людей и профессионалов в области искусства (талант, ремесло, мастерство, вдохновение, гениальность). Креативность как интегральная творческая способность. Конвергентное и дивергентное мышление. Виды креативности. Креативность и интеллект. Креативность и генетические задатки. Этапы творческого процесса. Психологическая теория творчества (З. Фрейд, К. Г. Юнг), когнитивная теория творчества Дж. Келли, компенсационная теория творчества А. Адлера, теория развития творческой личности (Г. С. Альтшуллер): научные взгляды, положенные в основу каждой из теорий; компоненты взаимовлияния; основные идеи и закономерности. Взаимосвязь теории творчества с психологией творчества, теорией познания, психологией развития. Структура и концептуальные положения теории творческих процессов (по А. Г. Ющенко). Антропологическая теория творчества (по А. Н. Петрову и В. Н. Петровой): содержание, основные точки зрения и критические взгляды. Инсайт. Факторы, затрудняющие творческий процесс. Методы изучения творческого процесса. Диагностика креативности. Прогноз достижений по уровню креативности. Типы творцов и стили творческой деятельности. Спорт как творчество. Адаптация понятий теории творчества в теории спорта высших достижений. Особенности творческого процесса в спорте высших достижений. Креативность и высшие спортивные достижения. Активные методы обучения в спорте. Вдохновение и импровизация тренера. Виды творческой деятельности и техническое творчество в физической культуре (в спорте). Творческое самочувствие спортсменов. Индивидуальный стиль деятельности и личностные качества тренера. Критерии оценки, мотивы и структурные компоненты педагогического творчества тренера. Моторное творчество, спортивная одарённость, творческий подход к профессиональной деятельности в спорте. Творческая активность в спорте высших достижений и факторы её обуславливающие. Творческий потенциал тренера высокой квалификации.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.2	<p><i>Лекция № 5. Содержание и структура изобретательского творчества в сфере физической культуры и спорта и влияние на него социально-организационных факторов.</i></p> <p>«Содержание и структура изобретательского творчества в сфере физической культуры и спорта и влияние на него социально-организационных факторов»: результаты исследования И. В. Попова (1994). Структура творчества. Структура изобретательского творчества в сфере физической культуры: мотивы, проблемы, принципы решения, элементы. Психологические барьеры и факторы их формирующие. «Озарение» и «инерция мышления». Диапазон возможного / реального</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>учёта / применения результатов исследования И. В. Попова в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
2.2	<p><i>Лекция № 6. Интеграция спорта и искусства как социально-педагогическая проблема.</i></p> <p>«Интеграция спорта и искусства как социально-педагогическая проблема»: результаты исследования В. И. Самусенковой (1996). Сходства и различия спорта и искусства. Формы интеграции спорта и искусства. «Спартианская» педагогическая программа интеграции спорта с искусством. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования В. И. Самусенковой в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.3	<p><i>Лекция № 7. Управление развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ.</i></p> <p>«Управление развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ»: результаты исследования Г. Е. Кабельского (2002). Функции управления педагогическим творчеством тренеров спортивных школ. Технология управления развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ. Методы развития педагогического творчества тренеров спортивных школ. Схема профессиональной готовности тренера к осуществлению творческой деятельности. Содержание творчески организованной педагогической деятельности тренеров спортивных школ. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования Г. Е. Кабельского в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.3	<p><i>Лекция № 8. Формирование готовности студентов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям.</i></p> <p>«Формирование готовности студентов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям»: результаты исследования Г. Л. Драндрова (2002). Обучение двигательным действиям как творческая деятельность. Готовность к творческому обучению двигательным действиям как интегральная системноорганизованная характеристика педагога и её структурные компоненты. Теоретическая модель обучения системе соревновательных действий, составляющих содержание вида спорта. Этапы формирования готовности к творческому обучению двигательным действиям в процессе обучения спортивно-педагогическим дисциплинам. Варианты и уровни развития готовности (и её отдельных компонентов) у студентов 4-ых курсов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям. Педагогические закономерности обучения технике соревновательных упражнений. Показатели качества усвоения техники соревновательных упражнений студентами факультетов физической культуры. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования Г. Л. Драндрова на современном уровне реализации различных образовательных концепций в разных регионах мира. Готовность тренеров к творческому обучению двигательным действиям как определяющий критерий проявления и формирования спортивной одарённости, базовый механизм, определяющий уровень спортивных достижений.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
I семестр		
1.1	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 1. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа.</i></p> <p>Теория соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований. Структура, ценности, динамика, современный уровень и прогнозирование высших спортивных достижений (по Ю. Ф. Курамшину): структура спортивных достижений; методологические подходы к анализу; взаимосвязь параметров соревновательной деятельности со спортивными результатами в некоторых видах спорта; стремление к высшим спортивным достижениям и спортивным рекордам как особенность большого спорта; принципы, способы выявления и типология ценностей спортивных достижений; специфика ценностей высших спортивных достижений, их значение для личности и общества; общие закономерности и тенденции развития спортивных достижений; динамика развития высших спортивных достижений в ряде олимпийских видов спорта; предел в развитии мировых спортивных рекордов; значение, содержание и основные методы прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах спорта.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
1.2	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 2. Дифференциация знаний в разделах современной теории олимпийской подготовки на различных иерархических уровнях и направления совершенствования системы олимпийской подготовки.</i></p> <p>Дифференциация знаний в двенадцати разделах современной теории подготовки спортсменов в олимпийском спорте на различных иерархических уровнях (по В. Н. Платонову): исторические предпосылки, методологические основы построения теории и её реализация на практике; система олимпийской подготовки национальных команд: история формирования и концептуальные положения; олимпийские виды спорта, соревнования и соревновательная деятельность; основы современной системы подготовки; технико-тактическая и психологическая подготовка; двигательные (физические) качества и физическая подготовка; макро-структура процесса подготовки; микро- и мезоструктура процесса подготовки; отбор, ориентация, управление и контроль в системе подготовки и соревновательной деятельности; моделирование и прогнозирование в системе подготовки и соревновательной деятельности; экстремальные условия в системе подготовки и соревновательной деятельности; внутренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки и соревновательной деятельности. Двенадцать направлений совершенствования системы подготовки спортсменов (по В. Н. Платонову): резкий прирост объёма тренировочной и соревновательной деятельности; устранение в 4-летних олимпийских циклах и годичной подготовке противоречия между системой целенаправленной подготовки к олимпийским играм и практикой участия в большом количестве соревнований в течение года с ориентацией на достижение наивысших результатов; разработка методики продления периода успешных выступлений спортсменов на заключительных этапах спортивной карьеры; строгое соответствие системы тренировки спортсменов высокого класса специфическим требованиям избранного вида спорта; максимальная ориентация на индивидуальные задатки и способности каждого спортсмена при выборе спортивной специализации, разработке системы многолетней подготовки, определении рациональной структуры соревновательной деятельности; стремление к строго сбалансированной системе тренировочных и соревновательных нагрузок, отдыха, питания, средств восстановления, стимуляции работоспособности и мобилизации функциональных резервов; соответствие системы подготовки к главным соревнованиям географическим и климатическим условиям мест, в которых планируется их проведение; расширение нетрадиционных средств подготовки; ориентация системы спортивной тренировки на достижение оптимальной структуры соревновательной деятельности; совершенствование системы управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний; расширение, конкретизация и частичная перестройка знаний и практической деятельности по ряду разделов спортивной подготовки в направлении обеспечения условий для профилактики спортивного травматизма; динамичность системы подготовки.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	- нетрадиционные – кейс-технология.	
1.3	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 3. Основные технологические подходы к построению мезоциклов и микроциклов у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p><i>Основные технологические подходы к построению средних тренировочных циклов (мезоциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Определение мезоцикла и факторы, влияющие на его структуру. Типы мезоциклов: втягивающие мезоциклы, базовые мезоциклы, контрольно-подготовительные мезоциклы, предсоревновательные мезоциклы, соревновательные мезоциклы. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов у высококвалифицированных спортсменов и спортсменок. Построение мезоциклов в условиях среднегорья, высокогорья и искусственной гипоксии. Построение мезоциклов в условиях временной адаптации и различного климата.</p> <p><i>Основные технологические подходы к построению малых тренировочных циклов (микроциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Общая структура занятий, их типы и классификация. Особенности построения занятий с избирательной и комплексной направленностью. Нагрузка в занятии. Структура тренировочного дня. Типы и особенности микроциклов, обуславливающие их факторы. Варианты сочетания в микроциклах занятий с различными по величине и направленности нагрузками, характерными для высококвалифицированных спортсменов. Структуры микроциклов различного типа: втягивающих микроциклов, ударных микроциклов, восстановительных микроциклов, подводящих микроциклов, соревновательных микроциклов. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня у высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
1.4	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 4. Экстремальные условия в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности.</i></p> <p>Среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия в системе спортивной подготовки: адаптация, работоспособность и спортивные результаты. Формы гипоксической тренировки. Оптимальная высота для спортивной подготовки в горных условиях. Срочная акклиматизация. Реакклиматизация. Дезадаптация. Искусственная гипоксическая тренировка. Спортивная подготовка и соревнования в условиях высоких и низких температур. Реакции организма спортсмена и его адаптация к условиям высоких и низких температур. Спортивная тренировка и соревнования в различных погодных условиях. Десинхронизация и ресинхронизация циркадных ритмов у высококвалифицированных спортсменов. Суточные изменения состояния организма спортсмена. Спортивная тренировка и соревнования в различное время суток.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
II семестр		
2.1	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 1. Индивидуально-типические различия в структуре двигательной одарённости детей и их значение при выборе спортивной специализации.</i></p> <p>Направления в изучении проблемы одарённости: психофизиологическое, психогенетическое, тестологическое, проведение лонгитюдных исследований, общепсихологическое, разработка принципов и методов идентификации одарённых детей, динамический подход. Модели одарённости. Факторы и структура одарённости. Взгляды на проблему «обучения и развития» (Л. С. Выготского, Э. Торндайка и Ж. Пиаже). Традиционные и инновационные подходы к занятиям с одарёнными дошкольниками и школьниками в спортивных секциях (сравнительный анализ отечественного и зарубежного опыта по разным видам спорта). «Индивидуально-типические различия в структуре двигательной одарённости детей и их значение при выборе спортивной специализации»: результаты исследования А. В. Мотыля (1998). Два методологических подхода к спортивной ориентации и спортивному отбору. Семь типов моторного развития детей. Типологический индивидуальный «моторный профиль» ребёнка. Связи между типами моторного развития детей, свойствами их нервной системы и морфофункциональными особенностями. Индекс предрасположенности к сходным видам спорта. Устойчивость типа моторной одарённости. Дифференцированный подход в диагностике индивидуальной спортивной принадлежности. Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования А. В. Мотыля в раз-</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>ных видах спорта на современном уровне работы со спортивно одарёнными детьми в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	
2.2	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 2. Искусство движения и биоэнергетический анализ тела.</i></p> <p>«Искусство движения. Уроки мастера»: взгляды М. Фельденкрайза. «Винтовое движение к полу». Продумывание и выполнение. «Движения плеча, ползание и ходьба». «Рёбра и перекачивание», «круговые движения». Движения глаз и агрессия. «Челюсть, язык и агрессия». «Психология тела: биоэнергетический анализ тела»: взгляды А. Лоуэна. Духовность и грация. Энергия, дыхание, благодарное тело (утрата грации). Ощущения и чувства. Заземление (связь с реальностью). Структурная динамика тела.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
2.2	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 3. Спорт как искусство. Реализация творческих способностей спортсменов в многообразии модификации техник соревновательных упражнений.</i></p> <p>Закон эстетической реакции по Л. С. Выготскому. Черты творческой личности. Спорт как «высшая потребность духа». Красота и спорт. «Красота спорта»: взгляды Б. Лоу. Естественная красота атлета. Взаимоотношения спорта и искусства. Спорт и исполнительские искусства. Артистичность спортсмена. Неопределяемые параметры красоты спорта: единство, гармония, форма, динамика, плавность, изящество, ритм, уравновешенность, усилие, наслаждение усилием. Определяемые параметры красоты спорта: «быстрее, выше, сильнее», сила, скорость, риск, точность, мощь, наслаждение, стратегия. Эстетическая оценка выдающихся достижений в спорте. Эмпирические исследования красоты спорта. Эстетика и спорт. Идеалы телесной красоты в разные исторические эпохи. Идеалы телесной красоты в разных культурах. Роль стресса в профессиональной деятельности творческой личности (спортсмена, художника, актёра, скульптора, архитектора, вокалиста, композитора, дирижёра). Функции управления в спорте высших достижений. Моделирование как компонент планирования. Модельные характеристики соревновательных упражнений. Диапазон возможностей творческой индивидуализации соревновательных упражнений (на примерах разных видов спорта).</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
2.3	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 4. Использование приёмов воображения тренером и спортсменом с целью повышения эффективности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.</i></p> <p>Воображение (фантазия): специфика и приёмы. Пассивное и активное (воспроизводящее и творческое) воображение. Мечта. Приёмы воображения. Возрастные особенности развития, саморазвития и самосовершенствования воображения. Использование приёмов воображения тренером и спортсменом с целью повышения эффективности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Приёмы воображения в структуре программы обучения двигательному действию в рамках III этапа (закрепления и совершенствования; на примере избранного вида спорта и избранного двигательного действия).</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
I семестр		
1.1	<p><i>Лекция № 1. Спорт высших достижений в призме науки и образования. Теория и методика спорта высших достижений как научная и учебная дисциплины.</i></p> <p>Формирование дисциплины «Теория и методика спорта высших достижений», её место в системе научно-образовательных знаний о спорте. Цель и задачи дисциплины, её значение в профессиональной подготовке магистрантов. Содержание и структура курса «Теория и методика спорта высших достижений».</p> <p><i>Место спорта высших достижений в общей системе спортивной подготовки.</i></p> <p>Диалектическая связь спорта высших достижений и базового спорта (массового спорта / спорта для всех).</p> <p><i>Соревнования – основа существования спорта.</i></p> <p>Сущность спортивных соревнований. Фазовая структура спортивных состязаний. Условия, влияющие на соревновательную деятельность: особенности места проведения соревнований, поведение болельщиков, оборудование места проведения соревнований, географическое положение, характер судейства, поведение тренеров и другие.</p> <p><i>Сущность спортивных достижений, их виды, состав и строение.</i></p> <p>Спортивные достижения как многофакторное и многоуровневое (иерархическое) явление. Классификация спортивных достижений. Характеристика некоторых видов спортивных достижений (спортивных результатов), различающихся по результатам соревновательной деятельности. Критерии измерения и оценки спортивных результатов. Особенности состава и структуры высших спортивных и рекордных достижений, измеряемых с помощью различных показателей.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.2	<p><i>Лекция № 2. Методологические аспекты построения теории олимпийской подготовки и современная система знаний.</i></p> <p><i>Система спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Цель и задачи спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Особенности учёта принципов спортивной тренировки в ходе олимпийской подготовки. Диапазон средств спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов. Особенности применения методов и методических приёмов в спортивной тренировке высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><i>Ретроспективный анализ успешности выступления спортсменов ряда стран на Олимпийских играх и основные подходы к построению национальной системы олимпийской подготовки.</i></p> <p>Результаты выступления спортсменов ряда стран, в том числе российских спортсменов, в неофициальном командном зачёте в летних и зимних Олимпийских играх, их перспективы для улучшения общекомандных результатов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.3	<p><i>Лекция № 3. Основные технологические подходы к построению тренировочных циклов у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p><i>Традиционные и альтернативные подходы к построению больших тренировочных циклов (макроциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Общая структура многолетней спортивной подготовки и место системы олимпийской подготовки в нём. Особенности построения спортивной подготовки в олимпийских циклах. Факторы, определяющие выбор конкретной модели построения круглогодичной тренировки. Наиболее принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов (по Л. П. Матвееву). Достоинства и недостатки «классической» модели построения тренировочного года.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
1.4	<p><i>Лекция № 4. Отбор, управление, контроль, обеспечение и условия в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности.</i></p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p><i>Критерии и подходы к отбору и комплектованию спортсменов в национальные сборные команды.</i></p> <p>Факторы, обуславливающие успешность спортивной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства. Роль и место спортивного таланта в достижении высоких спортивных результатов. Спортивный талант, его структура. Наследуемость спортивного таланта. Критерии диагностики спортивной пригодности при комплектовании и отборе спортсменов в национальные сборные команды. Проблемы спортивного отбора к конкретным соревнованиям. Пути повышения эффективности спортивного отбора. Система отбора высококвалифицированных спортсменов в разных странах.</p> <p><i>Управление и контроль в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности.</i></p> <p>Технология управления спортивной тренировкой. Основные структурные компоненты и схемы управления спортивной подготовкой. Цель, задачи и объекты управления спортивной подготовкой. Виды управления спортивной подготовкой: этапное, текущее и оперативное. Особенности управления олимпийской подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов. Цель, задачи и объекты контроля в олимпийской подготовке. Диапазон показателей по видам подготовленности, рекомендуемый для контроля у высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><i>Система обеспечения олимпийской подготовки.</i></p> <p>Современные требования, предъявляемые к обеспечению подготовки спортсменов национальных сборных команд в олимпийском спорте. Система обеспечения олимпийской подготовки, её состав и структура. Факторы, влияющие на обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов. Организационно-управленческие и технологические аспекты реализации научно-методического, медико-биологического, информационного, материально-технического, антидопингового обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
II семестр		
2.1	<p><i>Лекция № 1. Генетические аспекты спортивной успешности.</i></p> <p>Наследственные влияния на функциональные возможности и физические качества спортсменов: морфофункциональные показатели; генетический контроль физических качеств; спортивные семьи. Генетические маркеры спортивных задатков: свойства и значение; антропогенетика; хромосомные маркеры; гормональные маркеры; группы крови; дерматоглифика; состав мышечных волокон; моторное доминирование; индивидуальный профиль спортивной асимметрии; функциональные асимметрии; генетические и средовые влияния на функциональную асимметрию. Взгляды генетиков на тренируемость спортсменов: тренируемость (обучаемость) как природное свойство; наследственные пределы изменения функциональных показателей и физических качеств в процессе спортивной тренировки; величина тренировочного эффекта; значение временного фактора; высокая и низкая тренируемость спортсменов. Спортивная специализация и стиль соревновательной деятельности в контексте спортивной генетики.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.1	<p><i>Лекция № 2. Одарённость как главное условие успешности в спорте высших достижений.</i></p> <p><i>Вариативность и двигательная одарённость в спорте.</i></p> <p>Наследственные задатки: определение и связь с категорией «способности». Общепсихологический подход к определению категории «способности». Дифференциально-психологический подход к определению категории «способности». Личностно-деятельностный подход к определению категории «способности». Функционально-генетический подход к определению категории «способности». Одарённость как объект системного анализа. «Вариативность и двигательная одарённость в спорте»: результаты исследования В. В. Гожина (1998). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования В. В. Гожина в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><i>Организационно-методические основы диагностики спортивной одарённости.</i></p> <p>Способности: классификации, свойства, теории. Общие и специальные способ-</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>ности. Двухфакторная теория способностей Ч. Спирмена. Полифункциональность способностей. Склонности и способности: точки соприкосновения. Идеалистические теории обусловленности способностей: биологическая теория одарённости, теория социальной обусловленности способностей, теория биосоциальной обусловленности способностей. «Организационно-методические основы диагностики спортивной одарённости»: результаты исследования И. Ю. Соколик (1998). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования И. Ю. Соколик в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
2.2	<p><i>Лекция № 3. Творчество спортсмена и искусство в спорте.</i> <i>Творчество: понятия, структура, теории, механизмы и этапы формирования, методы изучения. Творчество в спорте.</i></p> <p>Понятийное поле теории творчества. Пути формирования категориального аппарата теории творчества. Специфические признаки ключевых понятий теории творчества с точки зрения великих (талантливых) людей и профессионалов в области искусства (талант, ремесло, мастерство, вдохновение, гениальность). Креативность как интегральная творческая способность. Конвергентное и дивергентное мышление. Виды креативности. Креативность и интеллект. Креативность и генетические задатки. Этапы творческого процесса.</p> <p><i>Содержание и структура изобретательского творчества в сфере физической культуры и спорта и влияние на него социально-организационных факторов.</i> «Содержание и структура изобретательского творчества в сфере физической культуры и спорта и влияние на него социально-организационных факторов»: результаты исследования И. В. Попова (1994). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования И. В. Попова в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><i>Интеграция спорта и искусства как социально-педагогическая проблема.</i> «Интеграция спорта и искусства как социально-педагогическая проблема»: результаты исследования В. И. Самусенковой (1996). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования В. И. Самусенковой в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2.3	<p><i>Лекция № 4. Педагогическое творчество как механизм управления ростом высших спортивных достижений.</i> <i>Управление развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ.</i></p> <p>«Управление развитием педагогического творчества тренеров спортивных школ»: результаты исследования Г. Е. Кабельского (2002). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования Г. Е. Кабельского в разных видах спорта на современном уровне реализации олимпийской подготовки в разных регионах мира.</p> <p><i>Формирование готовности студентов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям.</i> «Формирование готовности студентов факультетов физической культуры к творческому обучению двигательным действиям»: результаты исследования Г. Л. Драндрова (2002). Диапазон возможного / реального учёта / применения результатов исследования Г. Л. Драндрова на современном уровне реализации различных образовательных концепций в разных регионах мира.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u> - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	- нетрадиционные – кейс-технология.	
1.3	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 2. Специализированные аспекты теории олимпийской подготовки.</i></p> <p>Основные технологические подходы к построению мезоциклов и микроциклов у высококвалифицированных спортсменов.</p> <p><i>Основные технологические подходы к построению средних тренировочных циклов (мезоциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Определение мезоцикла и факторы, влияющие на его структуру. Типы мезоциклов: втягивающие мезоциклы, базовые мезоциклы, контрольно-подготовительные мезоциклы, предсоревновательные мезоциклы, соревновательные мезоциклы. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов у высококвалифицированных спортсменов и спортсменок. Построение мезоциклов в условиях среднегорья, высокогорья и искусственной гипоксии. Построение мезоциклов в условиях временной адаптации и различного климата.</p> <p><i>Основные технологические подходы к построению малых тренировочных циклов (микроциклов) у высококвалифицированных спортсменов.</i></p> <p>Общая структура занятий, их типы и классификация. Особенности построения занятий с избирательной и комплексной направленностью. Нагрузка в занятии. Структура тренировочного дня. Типы и особенности микроциклов, обуславливающие их факторы. Варианты сочетания в микроциклах занятий с различными по величине и направленности нагрузками, характерными для высококвалифицированных спортсменов. Структуры микроциклов различного типа: втягивающих микроциклов, ударных микроциклов, восстановительных микроциклов, подводящих микроциклов, соревновательных микроциклов. Особенности построения микроциклов при нескольких занятиях в течение дня у высококвалифицированных спортсменов.</p>	2
1.4	<p>Экстремальные условия в системе олимпийской подготовки и соревновательной деятельности.</p> <p>Среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия в системе спортивной подготовки: адаптация, работоспособность и спортивные результаты. Формы гипоксической тренировки. Оптимальная высота для спортивной подготовки в горных условиях. Срочная акклиматизация. Реакклиматизация. Дезадаптация. Искусственная гипоксическая тренировка. Спортивная подготовка и соревнования в условиях высоких и низких температур. Реакции организма спортсмена и его адаптация к условиям высоких и низких температур. Спортивная тренировка и соревнования в различных погодных условиях. Десинхронизация и ресинхронизация циркадных ритмов у высококвалифицированных спортсменов. Суточные изменения состояния организма спортсмена. Спортивная тренировка и соревнования в различное время суток.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	
II семестр		
2.2	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 1. Искусство движения и биоэнергетический анализ тела.</i></p> <p>«Искусство движения. Уроки мастера»: взгляды М. Фельденкрайза. «Винтовое движение к полу». Продумывание и выполнение. «Движения плеча, ползание и ходьба». «Рёбра и перекачивание», «круговые движения». Движения глаз и агрессия. «Челюсть, язык и агрессия». «Психология тела: биоэнергетический анализ тела»: взгляды А. Лоуэна. Духовность и грация. Энергия, дыхание, благодарное тело (утрата грации). Ощущения и чувства. Заземление (связь с реальностью). Структурная динамика тела.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – кейс-технология.</p>	2
2.3	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 2. Использование приёмов воображения тренером и спортсменом с целью повышения эффективности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.</i></p> <p>Воображение (фантазия): специфика и приёмы. Пассивное и активное (воспроизводящее и творческое) воображение. Мечта. Приёмы воображения. Возрастные особенности развития, саморазвития и самосовершенствования воображения. Использование приёмов воображения тренером и спортсменом с целью повышения эффективности учебно-тренировочной и соревновательной деятельно-</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	сти. Приёмы воображения в структуре программы обучения двигательному действию в рамках III этапа (закрепления и совершенствования; на примере избранного вида спорта и избранного двигательного действия). <u>Образовательные технологии:</u> - нетрадиционные – кейс-технология.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля).

4. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля).

А. Основная литература.

1. Антитеррористическая безопасность в спорте : учебное пособие / О.Ю. Захаров, П.Н. Ермаков, С.М. Ашкинази [и др.] ; Санкт-Петербургский государственный университет ветеринарной медицины ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону. — Москва : Кредо, 2025. — 238 с.
2. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19941-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559989>
3. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / О.М. Холодов, В.И. Дуц, А.М. Кубланов [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации ; Воронежский государственный институт физической культуры, Кафедра медико-биологических, естественнонаучных и математических дисциплин. — Воронеж : Научная книга, 2020. — 206 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Михайлова, Д.А. Технологии освоения дисциплины "Безопасность жизнедеятельности" : учебное пособие. Ч. 1 / Д.А. Михайлова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2023. — 188 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Михайлова, Д.А. Технологии освоения дисциплины "Безопасность жизнедеятельности" : учебное пособие. Ч. 2 / Д.А. Михайлова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2023. — 199 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 638 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20019-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560183>

Б. Дополнительная литература.

1. Абраменко, М. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / М. Н. Абраменко, А. В. Завьялов. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 97 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572424>

2. Акимова, Л.А. Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях : учебник / Л.А. Акимова, Е.Е. Лутовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва :Юрайт, 2020. — 335, [1] с. : ил.
3. Ерёмин, И.Б. Теоретические основы безопасности на объекте спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Б. Ерёмин, А.И. Лебедев, А.В. Хитёв. - СПб. : [б.и.], 2018. – 114 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский [и др.]; под ред. С. А. Полиевского. - Москва : Академия, 2013. - 365, [1] с. : ил.
5. Михайлова, Д.А. Теоретические основы безопасности человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 367 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ. .
6. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие / [сост. А. Н. Приешкина и др.]. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Рубис, Л.Г. Безопасность в спортивном туризме [Текст] : учебное пособие / Л.Г. Рубис, Т.Ю. Тарасеня; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - 118 с. : ил.
8. Суворова, Г.М. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебник для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Г.М. Суворова, В.Д. Горичева ; ответственный редактор Г. М. Суворова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2021. — 346 с. : ил.
9. Сычев, Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 203 с. : рис., схем., табл.
10. Уколова, И.П. Основы международной безопасности : учебное пособие / И.П. Уколова. - СПб. : [Б. и.], 2018. – 154 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Яковлев, Б.П. Личностная безопасность и здоровый образ жизни : учебное пособие / Б.П. Яковлев. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 336, [4] с. : рис., табл.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля).

- Электронная библиотека НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- ЭБС «ibooks.ru» <https://ibooks.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link%20is%20external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20is%20external))

- Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 419 (4 этаж, нежилое помещение № 1)** – Специализированная мебель: Учебный стол – 42 шт., скамья – 42 шт., стол письменный – 2 шт., стул – 4 шт., трибуна – 1 шт. Оборудование: доска меловая – 2 шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16:9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400 – 1 шт.

- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации № 422 (4 этаж, нежилое помещение № 8)** – Специализированная мебель: Учебный стол – 14 шт., скамья – 14 шт., стол письменный – 2 шт., стул – 4 шт., трибуна – 1 шт. Оборудование: доска меловая – 1 шт., проектор Epson EB-X41 – 1 шт., экран переносной – 1 шт.

- **Перечень лицензионного программного обеспечения:** Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro – №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015 г., 64715749 от 24.01.2015 г. срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office: 2013 г., 2016 г. (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011 г.; 45665275 от 21.01.2015 г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019 г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор № С-6161 от 03.11.2020 г., срок использования – ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от 07.11.2018 г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVu). Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019 г., срок использования – бессрочно.

Авторы-разработчики: заведующий кафедрой теории методики физической культуры, доктор пед. наук, профессор Ю. Ф. Курамшин; доцент кафедры теории и методики физической культуры, канд. пед. наук Д. А. Михайлова