

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Факультет физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Методология спортивной тренировки

Кафедра спортивных дисциплин факультета физической культуры и спорта

Образовательная программа
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы
Физкультурное образование

Уровень высшего образования
бакалавриат

Форма обучения
Очная, заочная

Статус дисциплины: входит в часть ОПОП, формируемую участниками образовательных отношений

Махачкала, 2021


Рабочая программа дисциплины Методология спортивной тренировки составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (от «19» сентября 2017г. №940).

Разработчик(и): кафедра спортивных дисциплин, Мутаев Магомеднаби Мутаевич, старший преподаватель

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры спортивных дисциплин от «05» 06 2021г., протокол № 9

Зав. кафедрой  А.Ш. Рустамов
(подпись)

на заседании Методической комиссии факультета физической культуры и спорта от «08» июня 2021г., протокол № 7 ..

Председатель  Н.Б. Новикова
(подпись)

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением «29» 29 2021г.

Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.
(подпись)

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Методология спортивной тренировки» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на факультете физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с основными понятиями, сущности, систематизации, классификации и функции спорта. Характеристики системы спортивной подготовки и факторы, влияющие на динамику спортивных достижений, проблематику теории спортивных состязаний: состязание как основа существования спорта, система спортивных соревнований, представлена система спортивной тренировки: средства, методы, нагрузка, утомление и восстановление, принципы и характерные ее черты, содержание составных сторон: спортивно-техническая, физическая, спортивно-тактическая, психологическая и интегральная подготовка.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных – ОПК-4, ОПК-7, профессиональных – ПК-3, ПК-4, ПК-6, ПК-8.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме устных и письменных опросов, контрольной работы, и промежуточный контроль в форме зачета.

Объем дисциплины 2 зачетные единицы, в том числе в академических часах по видам учебных занятий:

Очная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					консультации		
		всего	Лекции и	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР			
5	72	54	18		36		18	Зачет	

Заочная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					консультации		
		всего	Лекции и	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР			
5	72	12	6		6		60	Зачет	

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Методология спортивной тренировки» являются сформировать научно-методические основы методологии построения спортивной тренировки, заложить необходимые для этого знания, научить плодотворно пользоваться ими.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина Методология спортивной тренировки входит в часть, формируемую участниками образовательных ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина логически связана с такими курсами как теория и методика физвоспитания, анатомия, физиология, биомеханика двигательных действий. Совместно с данными дисциплинами теория и методика обучения базовым видам спорта формирует ряд профессиональных компетенций. Входным контролем для освоения являются знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе, затем по мере освоения разделов курса необходимы знания по педагогике ФКиС, психологии ФКиС, анатомии, физиологии.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций (в соответствии с ОПОП)	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
<p>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>ОПК-4.1. Способен овладеть - историей развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологией, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - целью, задачей и содержанием курса ИВС; - техникой спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами техникой и тактической подготовки в ИВС; - методикой обучения техники спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средствами и методами физической подготовки в ИВС;</p> <p>- воспитательной возможностью занятий ИВС;</p> <p>- спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</p> <p>- спецификой деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта</p>	<p>Знает историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; Умеет использовать средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; Владеет спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</p> <p>- спецификой деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
	<p>ОПК-4.2. Способен - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;</p>	<p>Знает - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; Умеет - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; Владеет возможностями - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>

	<p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.</p>	<p>по ИВС.</p>	
	<p>ОПК-4.3. Способен осуществлять - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</p>	<p>Знает методы - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; Владеет подготовкой материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; Умеет проводить учебно-тренировочные занятия по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.1 Способен определять - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным</p>	<p>Знает предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; Умеет составлять нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; Владеет методами основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в</p>	

	<p>спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	<p>процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
	<p>ОПК-7.2. Способен - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и</p>	<p>Знает - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; Умеет разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; -</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>

	<p>соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; Владеет методами обеспечения безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</p>	
	<p>ОПК-7.3. Способен определять - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря;</p>	<p>Знает - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; Умеет использования специальной аппаратуры и инвентаря; Владеет Способностью определять - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
<p>ПК-3 способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы.</p>	<p>ПК-3.1. Способен определять методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.</p>	<p>Знает -методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Владеет методами и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Умеет определять методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
	<p>ПК-3.2 использует педагогические методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.</p>	<p>Знает -использовать педагогические методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Умеет использовать педагогические методы и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа. Владеет методами и средства педагогического контроля в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>

	ПК-3.3.- Владеет опытом проведения педагогических контрольных мероприятий в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа;	Знает опыт проведения педагогических контрольных мероприятий в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа; Умеет проводить педагогические контрольные мероприятия в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа; Владеет опытом проведения педагогических контрольных мероприятий в образовательном процессе по физической культуре и спорту в организациях различного типа;	контрольные работы, устный опрос, письменный опрос
ПК-4 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	ПК4.1 Осуществляет организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства. -основные цели, принципы и закономерности психологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	Знает организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; -содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства. -основные цели, принципы и закономерности психологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки. Умеет осуществлять организацию спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; -содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства. -основные цели, принципы и закономерности психологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки. Владеет организацией спортивно-педагогического, медицинского и комплексного контролей в спорте -методы оценки спортивной подготовленности и качества учебно-тренировочного процесса; -медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности; - содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) и на этапе совершенствования спортивного мастерства. -основные цели, принципы и закономерности психологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	контрольные работы, устный опрос, письменный опрос
	ПК 4.2. методологически грамотно использует измерительную информацию для обработки и анализа показателей физической, технической, и других видов подготовленности спортсменов, и их соревновательных и тренировочных нагрузок; - осуществлять	Знает методологически грамотно использовать измерительную информацию для обработки и анализа показателей физической, технической, и других видов подготовленности спортсменов, и их соревновательных и тренировочных нагрузок; - осуществлять	контрольные работы, устный опрос,

	<p>медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методик; -организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки; -определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения; -анализировать результаты комплексного медико-биологического контроля функционального состояния занимающихся в избранном виде спорта; -формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса на основе результатов комплексного медико-биологического контроля; -составлять план использования медико-биологических средств восстановления работоспособности и повышения спортивной работоспособности; -вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки и в электронном и бумажном варианте. -разрабатывать план психологического обеспечения отбора, тренировочного и соревновательного процессов на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методик; -организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки; Умеет определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения; -анализировать результаты комплексного медико-биологического контроля функционального состояния занимающихся в избранном виде спорта; -формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса на основе результатов комплексного медико-биологического контроля; Владеет возможностями составлять план использования медико-биологических средств восстановления работоспособности и повышения спортивной работоспособности; -вести первичную учетно-отчетную документацию по реализации программ спортивной подготовки и в электронном и бумажном варианте. -разрабатывать план психологического обеспечения отбора, тренировочного и соревновательного процессов на этапах спортивной подготовки.-</p>	<p>письменный опрос</p>
	<p>ПК-4.3. владеет навыками квалифицированного применения метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физическом воспитании и спорте; -анализа и интерпретации данных медико-биологического контроля занимающихся для выявления проблемы и методов ее решения; -систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм. - применения технологий психологического обеспечения отбора, тренировочного и соревновательного процессов на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>Знает -навыки квалифицированного применения метрологически обоснованных средств и методов измерения и контроля в физическом воспитании и спорте; -анализ и интерпретации данных медико-биологического контроля, занимающихся для выявления проблемы и методов ее решения; -систематическим учетом, анализом, обобщением результатов работы, в том числе с использованием электронных форм. Умеет применять технологии психологического обеспечения отбора, тренировочного и соревновательного процессов на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
<p>ПК-6 Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК6.1- цель, задачи и содержание спортивной медицины как службы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов - порядок организации медико-биологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности - режимы тренировочной работы -предельные тренировочные нагрузки -приемы и методы тренировок для достижения спортивного результата -закономерности протекания биохимических процессов в организме человека в тренировочном процессе и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки -влияние нагрузок разной направленности в тренировочной и соревновательной деятельности на биохимические изменения в организме - значения биохимических показателей, используемых в качестве</p>	<p>Знает цель, задачи и содержание спортивной медицины как службы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов - порядок организации медико-биологического обеспечения тренировочного процесса и соревновательной деятельности - режимы тренировочной работы -предельные тренировочные нагрузки -приемы и методы тренировок для достижения спортивного результата -закономерности протекания биохимических процессов в организме человека в тренировочном процессе и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки Умеет определять влияние нагрузок разной направленности в тренировочной и соревновательной деятельности на биохимические изменения в организме -значения биохимических показателей, используемых в качестве маркеров для оценки</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>

	<p>маркеров для оценки эффективности тренировочного процесса и восстановленных процессов в организме. -основные показатели физического развития , функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; -основы планирования и проведения занятий по физической культуре -знает содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки - физиологические основы физкультурно-спортивной деятельности; -методики контроля и оценки функциональной и физической подготовленности спортсменов;</p>	<p>эффективности тренировочного процесса и восстановленных процессов в организме. -основные показатели физического развития , функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; Владеет основами планирования и проведения занятий по физической культуре: -знает содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки -физиологические основы физкультурно-спортивной деятельности; -методики контроля и оценки функциональной и физической подготовленности спортсменов;</p>	
	<p>ПК-6.2-использовать знания законодательства Российской Федерации для организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического обеспечения подготовки спортсмена -контролировать прохождение спортсменами медицинских осмотров и обеспечивать выполнение рекомендаций медицинских работников - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. -планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; -определять объем индивидуальной спортивной подготовки; -осуществлять учет и анализ биохимических изменений, происходящих в организме в процессе тренировочной и соревновательной деятельности; -проводить оценку эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе данных биохимического контроля. -определять цель, задачи , осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании тренировочного процесса и восстановительных мероприятий. -проводить, анализировать, интерпретировать данные тестирования функциональных и физических возможностей и предложить мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки на их основе.</p>	<p>Знает -использовать знания законодательства Российской Федерации для организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического обеспечения подготовки спортсмена - контролировать прохождение спортсменами медицинских осмотров и обеспечивать выполнение рекомендаций медицинских работников - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. Умеет планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; -определять объем индивидуальной спортивной подготовки; Владеет возможностями - осуществлять учет и анализ биохимических изменений, происходящих в организме в процессе тренировочной и соревновательной деятельности; -проводить оценку эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе данных биохимического контроля. -определять цель, задачи , осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании тренировочного процесса и восстановительных мероприятий. -проводить, анализировать, интерпретировать данные тестирования функциональных и физических возможностей и предложить мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки на их основе.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
	<p>ПК- 6.3. Организует составление плана организации медико-биологического обеспечения соревнований учебно-тренировочных сборов -коррекции тренировочного процесса на основе анализа биохимических методов; -проведения</p>	<p>Знает организацию -составления плана организации медико-биологического обеспечения соревнований учебно-тренировочных сборов Умеет проводить коррекции тренировочного процесса на основе анализа биохимических методов; -проведения простейших</p>	<p>контрольные работы, устный опрос,</p>

	<p>простейших биохимических анализов и интерпретации полученных результатов; -коррекции тренировочного и восстановительного процессов, для улучшения устранения метаболитов обмена, образующихся при мышечной деятельности различного характера; -прогнозирования спортивного результата на основе оценки функциональных возможностей организма спортсменов.</p>	<p>биохимических анализов и интерпретации полученных результатов; -коррекции тренировочного и восстановительного процессов, для улучшения устранения метаболитов обмена, образующихся при мышечной деятельности различного характера; Владеет прогнозированием спортивного результата на основе оценки функциональных возможностей организма спортсменов</p>	<p>письменный опрос</p>
<p>ПК-8 Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>	<p>ПК-8.1 –грамотно и логично использует правила соревнований в избранном виде спорта</p>	<p>Знает правила соревнований в избранном виде спорта. Умеет грамотно и логично использует правила соревнований в избранном виде спорта Владеет правилами соревнований в избранном виде спорта</p>	
	<p>ПК -8.2. может использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий; -составлять собственные тренировочные занятия с учетом требований правил соревнований и индивидуальных возможностей; -находить ошибки, определять их причины при соревновательной деятельности; -подбирать адекватные средства и методы развития для сдачи нормативов по СФП; - планировать собственный учебно-тренировочный процесс; - вести дневник самоконтроля</p>	<p>Знает использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий; - составлять собственные тренировочные занятия с учетом требований правил соревнований и индивидуальных возможностей; -находить ошибки, определять их причины при соревновательной деятельности; -подбирать адекватные средства и методы развития для сдачи нормативов по СФП; Умеет планировать собственный учебно-тренировочный процесс; -вести дневник самоконтроля Владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>
	<p>ПК- 8-3. Может анализировать в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой, тактической, технико-тактической подготовкой.</p>	<p>Знает в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой, тактической, технико-тактической подготовкой. Умеет анализировать в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой, тактической, технико-тактической подготовкой. Владеет техникой, тактической, технико-тактической подготовкой.</p>	<p>контрольные работы, устный опрос, письменный опрос</p>

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

4.2. Структура дисциплины.

4.2.1. Структура дисциплины в очной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
Модуль 1. Введение в теорию физической культуры. Средства физического воспитания						
1	Основная методология теории и методики физической культуры.	5	4	4	4	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
2	Физические упражнения как средства физического воспитания.	5	4	4	2	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
3	Система физического и спортивного воспитания.	5	2	4	2	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
4	Средства физического воспитания	5		4	2	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
Итого по модулю 1:			10	16	10	36
Модуль 2. Характеристика и методика развития физических способностей						
1	Характеристика физических качеств в спортивной деятельности.	5	2	6	2	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
2	Факторы, определяющие воздействия физических упражнений	5	2	6	2	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
3	Методики оценки физических качеств в спорте.	5	4	8	4	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
Итого по модулю 2:			8	20	8	Зачет
ИТОГО:			18	36	18	72

4.2.2. Структура дисциплины в заочной форме

№ п/п		Семе	Виды учебной работы, включая	Формы текущего контроля
-------	--	------	------------------------------	-------------------------

	Разделы и темы дисциплины по модулям		самостоятельную работу студентов (в часах)			успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
Модуль 1. Введение в теорию физической культуры. Средства физического воспитания						
1	Основная методология теории и методики физической культуры.	5	2		6	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
2	Физические упражнения как средства физического воспитания.	5	2		8	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
3	Система физического и спортивного воспитания.	5		2	8	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
4	Средства физического воспитания	5			8	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
	Итого по модулю 1:		4	2	30	36
Модуль 2. Характеристика и методика развития физических способностей						
1	Характеристика физических качеств в спортивной деятельности.	5	2		8	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
2	Факторы, определяющие воздействия физических упражнений	5		2	10	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
3	Методики оценки физических качеств в спорте.	5		2	12	Устный опрос, письменный опрос, контрольная работа
	Итого по модулю 2:		2	4	30	Зачет
	ИТОГО:		6	6	60	72

4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

4.3.1. Содержание лекционных занятий по дисциплине.

Модуль 1. Введение в теорию физической культуры. Средства физического воспитания

Тема 1. Основная методология теории и методики физической культуры.

Понятие теории физической культуры. Источники возникновения и развития теории и методики физической культуры. Градация дисциплин, изучающих физическую культуру. Значение теории и методики физической культуры.

Тема 2. Физические упражнения как средства физического воспитания.

Средства физического воспитания. Понятие о технике физических упражнений.

Тема 3. Система физического и спортивного воспитания.

Физическое воспитание как социальная система. Принципы системы физического воспитания. Основы системы физического воспитания. Основные направления системы физического воспитания.

Модуль 2. Характеристика и методика развития физических способностей

Тема 1. Характеристика физических качеств в спортивной деятельности.

Характеристика физических качеств. Сила как физическое качество человека. Выносливость как физическое качество человека. Ловкость и гибкость как физические качества человека.

Координационные способности спортсмена и факторы на них влияющие.

Тема 2. Факторы, определяющие воздействия физических упражнений

Систематическое применение физических упражнений как средство воздействия на деятельность всех органов и систем, способствующих положительным перестройкам в работе организма. Закономерности физического воспитания. Классификация физических упражнений.

Тема 3. Методики оценки физических качеств в спорте

Педагогический контроль и оценка физической подготовленности как средства получения объективной информации о количественных параметрах силы, быстроты, выносливости, гибкости и координационных способностей спортсмена

4.3.2. Содержание практических занятий по дисциплине.

Модуль 1. Введение в теорию физической культуры. Средства физического воспитания

Тема 1. Основная методология теории и методики физической культуры.

1. Источники возникновения и развития теории и методики физической культуры

2. Сущность физкультурной деятельности, ее особенностей, закономерностей, состава, структуры, функций, форм, условий и способов ее использования и активизации в процессе воздействия на человека

Тема 2. Физические упражнения как средства физического воспитания.

1. Понятие о технике физических упражнений.

2. Основа техники
3. Ведущее звено техники
4. Детали техники

Тема 3. Система физического и спортивного воспитания.

1. Цели и задачи физического воспитания
2. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания
3. Принцип содействия всестороннему и гармоничному развитию личности.
4. Принцип оздоровительной направленности.
5. Принцип связи физического воспитания с практикой жизни (принцип прикладности).

Модуль 2. Характеристика и методика развития физических способностей

Тема 1. Характеристика физических качеств в спортивной деятельности.

1. Основные физические качества: быстрота, сила, выносливость, ловкость и гибкость
2. Разновидности проявления быстроты
3. Группы факторов, влияющих на произвольную силу
4. Разновидности выносливости
5. Количественные критерии оценки ловкости
6. Формы проявления гибкости

Тема 2. Факторы, определяющие воздействия физических упражнений

1. Педагогически правильное руководство занятием, как общий фактор воздействия физических упражнений
2. Индивидуальные особенности занимающихся
3. Внешние условия, как фактор воздействия

Тема 3. Методики оценки физических качеств в спорте

1. Оценка силовых качеств
2. Оценка скоростных способностей
3. Оценка выносливости

5. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины «Методология спортивной тренировки» применяются следующие образовательные технологии: развивающее обучение, проблемное обучение, коллективная система обучения, лекционно-зачетная система обучения. При чтении данного курса применяются такие виды лекций, как вводная, лекция-информация, обзорная, проблемная, лекция-визуализация.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах (лекция-беседа, лекция дискуссия, лекция-консультация, проблемная лекция, лекция-визуализация, лекция с запланированными ошибками), определяется главной

целью программы, особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Виды и порядок выполнения самостоятельной работы:

1. Изучение рекомендованной литературы.
2. Поиск в Интернете дополнительного материала.
3. Выполнение контрольных работ.
4. Подготовка к зачету.

Выполнение СРС	
Содержание задания	Список литературы
Основные понятия теории и методики физической культуры.	Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Условия функционирования системы физического воспитания.	Методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 89 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/95402.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Формы занятий физическими упражнениями	Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх. [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — М.: Советский спорт, 2010. — 336 с.
Планирование и контроль в физическом воспитании.	Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания.	Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Методы физического воспитания.	Методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 89 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/95402.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Принципы физического воспитания.	Гордон, С.М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М.: Физическая культура, 2008. — 256 с.
Средства физического воспитания.	Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Структура обучения двигательным действиям в спорте.	Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

7.1. Типовые контрольные задания

Темы рефератов

1. Основные понятия теории и методики физической культуры.
2. Условия функционирования системы физического воспитания.
3. Формы занятий физическими упражнениями
4. Планирование и контроль в физическом воспитании.
5. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания.
6. Методы физического воспитания.
7. Принципы физического воспитания.
8. Средства физического воспитания.
9. Структура обучения двигательным действиям в спорте.

Примерные вопросы к контрольным работам

1. Охарактеризуйте отношения и поведенческие нормы в спорте.
2. Раскройте классификацию различных видов спорта.
3. Определите значимость спортивных результатов, назовите их типы и основные критерии.
4. Раскройте многообразие видов спорта.
5. Раскройте сущность феномена спорта и его основные теории.
6. Раскройте понятия, спорт, спортивное движение, спортивный результат, спортивная тренировка, спортивные соревнования.
7. Раскройте современную проблематику и методологические аспекты теории спорта.
8. Назовите профилирующие направления и разделы в социальной практике спорта.
9. Раскройте социальные функции спорта и направления спортивного движения в обществе.
10. Раскройте основные функции и функциональные

связи спорта в системе социальных явлений.

11. Раскройте функции и свойства спорта, вариативность их конкретных направлений.

12. Назовите профилирующие направления и разделы в социальной практике спорта.

13. Охарактеризуйте профессионально-коммерческий спорт и некоммерческий спорт высших достижений.

14. Назовите причины возникновения физического воспитания в обществе.

15. Раскройте понятия физическое воспитание, физическая подготовка, физическое развитие, физическое совершенствование.

16. Назовите основные цели и задачи спортивной тренировки.

17. Назовите средства и методы спортивной тренировки.

18. Раскройте основные принципы спортивной тренировки.

19. Охарактеризуйте различные виды подготовки (техническая, тактическая, физическая, психологическая).

Примерные вопросы к зачету

1. Охарактеризуйте отношения и поведенческие нормы в спорте.

2. Раскройте классификацию различных видов спорта.

3. Определите значимость спортивных результатов, назовите их типы и основные критерии. 4. Раскройте многообразие видов спорта.

5. Раскройте сущность феномена спорта и его основные теории.

6. Раскройте понятия, спорт, спортивное движение, спортивный результат, спортивная тренировка, спортивные соревнования.

7. Раскройте современную проблематику и методологические аспекты теории спорта.

8. Назовите профилирующие направления и разделы в социальной практике спорта.

9. Раскройте социальные функции спорта и направления спортивного движения в обществе.

10. Раскройте основные функции и функциональные связи спорта в системе социальных явлений.

11. Раскройте функции и свойства спорта, вариативность их конкретных направлений.

12. Назовите профилирующие направления и разделы в социальной практике спорта.

13. Охарактеризуйте профессионально-коммерческий спорт и некоммерческий спорт высших достижений.

14. Назовите причины возникновения физического воспитания в обществе.

15. Раскройте понятия физическое воспитание, физическая подготовка, физическое развитие, физическое совершенствование.

16. Назовите основные цели и задачи спортивной тренировки.

17. Назовите средства и методы спортивной тренировки. 18. Раскройте основные принципы спортивной тренировки.

19. Охарактеризуйте различные виды подготовки (техническая, тактическая, физическая, психологическая).
20. Раскройте классификацию тренировочных нагрузок в спорте.
21. Охарактеризуйте отдельные зоны интенсивности тренировочных нагрузок.
22. Раскройте понятия интенсивность, объем нагрузки.
23. Охарактеризуйте продолжительность и характер интервалов отдыха.
24. Дайте характеристику основным этапам спортивной подготовки.
25. Раскройте структуру многолетней подготовки спортсменов.
26. Охарактеризуйте систему тренировки в микроциклах, мезоциклах, макроциклах.
27. Раскройте общие положения технологии планирования в спорте.
28. Раскройте особенности планирования тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.
29. Охарактеризуйте особенности планирования спортивной подготовки в многолетних циклах.
30. Раскройте особенности оперативного планирования в спорте.
31. Назовите основные группы тестов.
32. Охарактеризуйте основные виды контроля за состоянием подготовленности спортсмена.
33. Охарактеризуйте основные виды контроля за факторами внешней среды.
34. Назовите виды учета в спортивной тренировке, дайте им краткую характеристику.
35. Охарактеризуйте особенности спортивного отбора в процессе многолетней тренировки спортсменов.

7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий – 5 баллов
- участие на практических занятиях – 15 баллов
- подготовка реферата – 10 баллов

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- контрольная работа - 70 баллов

Критерии оценки посещения занятий

Оценка выставляется в соответствии с процентом занятий, которые посетил студент из всего количества аудиторных занятий, предусмотренных дисциплиной.

Критерии оценки участия на практических занятиях

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его

умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания устного опроса:

86-100 баллов ставится, если студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

66-85 баллов ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для 86-100 баллов, но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

51-65 балл ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

0-50 баллов ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Критерии оценки контрольной работы

Письменная контрольная работа состоит из трех теоретических вопросов:

86-100 баллов – студент, показал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, самостоятельно ответил на вопросы, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично; показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

66-85 баллов – студент, показал полное знание учебного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший ответивший на вопросы; показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач.

51-65 балл – студент, обнаруживший знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы, самостоятельно выполнивший задания, однако допустивший некоторые погрешности при ответе на вопросы;

0-50 баллов – выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебного материала, не выполнившего задания, допустившему принципиальные ошибки при ответе на вопросы, продемонстрировавший недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач.

Критерии оценки зачета

Проверка качества подготовки студентов на зачете заканчивается выставлением «зачтено» или «не зачтено».

«Зачтено»:

86-100 баллов - студент владеет знаниями по дисциплине «Подвижные игры» в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину; самостоятельно, в логической последовательности и исчерпывающе отвечает на все вопросы билета, подчеркивая при этом самое существенное, умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделять в нем главное: устанавливать причинно-следственные связи; четко формирует ответы; хорошо знаком с основной литературой; увязывает теоретические аспекты дисциплины с прикладными задачами исследования операций и методов оптимизации.

66-85 баллов – студент владеет знаниями дисциплины «Подвижные игры» почти в полном объеме программы (имеются пробелы знаний только в некоторых, особенно сложных разделах); самостоятельно и отчасти при наводящих вопросах дает полноценные ответы на вопросы билета; не всегда выделяет наиболее существенное, не допускает вместе с тем серьезных ошибок в ответах.

51-65 балл - студент владеет основным объемом знаний по дисциплине «Подвижные игры»; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов.

«Не зачтено»:

0-50 баллов - студент не освоил обязательного минимума знаний дисциплины «Подвижные игры», не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) Адрес сайта курса:

[Факультет физической культуры и спорта](#)
[Кафедра спортивных дисциплин](#)

б) основная литература:

1. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/11049.html> (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS:

[сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104667.html> (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

б) дополнительная литература:

2. Методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 89 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95402.html> (дата обращения: 21.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1) *eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 — . Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.04.2017). — Яз. рус., англ.*

2) *Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучением: [база данных] / Даг. гос. ун-т. — Махачкала, г. — Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. — URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.03.2018).*

3) *Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. — Махачкала, 2010 — Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.03.2018).*

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

В ходе учебного процесса студент выполняет следующие виды работ:

1. конспектирование лекций, первоисточников и другой учебной литературы;

2. проработка учебного материала (по конспектам лекций учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях;

3. поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации, подготовка заключения по тематическому обзору;

4. выполнение контрольных работ, рефератов, др. учебных заданий;

5. работа с вопросами для самопроверки.

Самостоятельная работа студентов направлена на решение следующих задач:

формирование навыков критического, исследовательского отношения к предъявляемой аргументации, развитие способности схватывания и понимания исторических аспектов различных социально и личностно значимых проблем;

развитие и совершенствование способностей к диалогу, к дискуссии, к формированию и логически аргументированному обоснованию собственной позиции по тому или иному вопросу;

развитие и совершенствование творческих способностей при самостоятельном изучении физкультурно-спортивной проблемы.

Рекомендуется активно использовать электронные библиотеки таких учебных порталов, информационно-справочные и поисковые системы, среди которых можно назвать следующие:

- Электронно-библиотечная система IPRbooks (www.iprbookshop.ru); - Национальная электронная библиотека
- ЭБС Университетская библиотека ONLINE (<http://biblioclub.ru/>)

Перечень рекомендуемой литературы к учебно-методической подготовке студентов в ходе самостоятельной работы и электронные средства обучения (в частности, электронный учебник по философии, электронный философский словарь и др.) предоставляются студентам во время практических занятий. Разделы и темы для самостоятельного изучения соответствуют систематическому плану и предполагают более углубленную работу с учебной литературой. Результаты самостоятельной работы проверяются в ходе экспресс-опроса, проверки письменных работ.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

При изучении дисциплины могут быть применены общие количество пакетов интернет – материалов, предоставляющих широкие возможности для совершенствования вузовской подготовки по биологии с целью формирования навыков самостоятельной познавательной деятельности.

При чтении лекций по всем темам активно используется компьютерная техника для демонстрации слайдов с помощью программного приложения Microsoft Power Point.

На практических занятиях студенты могут готовить презентации с помощью программного приложения Microsoft Power Point в часы самостоятельной работы. Стандартными возможностями большинства программ являются реализация дидактического принципа наглядности в обучении, их использование дает возможность студентам применять для решения образовательной задачи различные способы.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Реализация учебной дисциплины требует наличия типовой учебной аудитории с возможностью подключения технических средств. Учебная аудитория должна иметь следующее оборудование: компьютер, медиа-проектор, экран.