

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбраманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.11.2023 14:50:33  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики лыжных гонок и биатлона

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» мая 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Теория и методика детско-юношеского спорта (Б1.О.32)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в хоккее. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 6 семестр заочная: 7,8 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:

Чумаков В.Н., к.п.н., профессор

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМЛГиБ

Протокол от «29» апреля 2022 г. №14

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «18» мая 2022 г. №9

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной работы в качестве тренера-преподавателя в системе детско-юношеского спорта и связанных со спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

### 1.2 Задачи дисциплины

- сформировать представления об основах теории и методики детского и юношеского спорта;
- привить обучающимся профессионально-педагогические навыки по организации занятий с юными спортсменами;
- сформировать знания и умения по определению спортивных способностей и одарённости юных спортсменов;
- способствовать реализации индивидуального подхода в процессе подготовки юных спортсменов;
- способствовать освоению методов контроля по определению физических и психических особенностей юных спортсменов в избранном виде спорта.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика детско-юношеского спорта» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	<b>ОПК-1.1 Знает</b> положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки. <b>ОПК-1.2 Умеет</b> планировать содержание занятий физической культурой и спортом.
ОПК-2 Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-2.1 Знает</b> методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду. <b>ОПК-2.2 Умеет</b> выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.
ОПК-4 Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-4.1 Знает</b> средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, содержание психолого-педагогического сопровождения сферы спортивной подготовки и образования. <b>ОПК-4.2 Умеет</b> подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
	возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, определять содержание психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки и образования. <b>ОПК-4.3 Владеет</b> методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, методикой психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки и образования.
ОПК-9 Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся.	<b>ОПК-9.1 Знает</b> особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы. <b>ОПК-9.2 Умеет</b> анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся.

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		6 сем.	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	16	16
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	32/4	32/4
2	Самостоятельная работа/ в том числе промежуточная аттестация	60/0	60/0
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108 3	108 3
		<i>в академических часах</i>	
		<i>в зачетных единицах</i>	

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		7 сем.	8 сем.	Всего
1	Контактная работа	6	4	10
1.1	Занятия лекционного типа	4	0	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	2/0	4/0	6/0
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	48/0	50/19	98/19
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	54 1,5	54 1,5	108 3
		<i>в академических часах</i>		
		<i>в зачетных единицах</i>		

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

## 5 Структура и содержание дисциплины

### 5.1 Модульный тематический план

#### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах
		Контактная работа		Самостоятельная работа		
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	В т.ч. в форме практической подготовки			
<b>1</b>	<b>Основы теории и методики детского и юношеского спорта</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>12</b>
1.1	Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта	2	2	0	8	12
<b>2</b>	<b>Определение спортивных способностей и одарённости</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>18</b>
2.1	Индивидуальные способности и выбор занятий спортом	-	2	0	4	6
2.2	Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта	2	-	0	4	6
2.3	Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта	-	2	2	4	6
<b>3</b>	<b>Воспитание и обучение юного спортсмена</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>14</b>
3.1	Воспитательная функция спортивной тренировки	2	2	0	4	8
3.2	Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта	-	2	0	4	6
<b>4</b>	<b>Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>28</b>
4.1	Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность	2	4	0	6	12
4.2	Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов	4	6	2	6	16
<b>5</b>	<b>Организация занятий и режима жизни юного спортсмена</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>36</b>
5.1	Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов	2	4	0	6	12
5.2	Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена	0	4	0	6	10
5.3	Контроль и коррекция спортивной подготовки	2	4	0	8	14
	<b>ИТОГО</b>	<b>16</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>60</b>	<b>108</b>

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах
		Занятия лекционного типа	Контактная работа		Самостоятельная работа	
			всего	Занятия семинарского типа		
7 семестр						
<b>1</b>	<b>Основы теории и методики детского и юношеского спорта</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8,5</b>
1.1	Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта	0,5	0	0	8	8,5
<b>2</b>	<b>Определение спортивных способностей и одарённости</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>24</b>	<b>27,5</b>
2.1	Индивидуальные способности и выбор занятий спортом	0	0	0	8	8
2.2	Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта	1,5	0	0	8	9,5
2.3	Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта	0	2	0	8	10
<b>3</b>	<b>Воспитание и обучение юного спортсмена</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>18</b>
3.1	Воспитательная функция спортивной тренировки	2	0	0	6	8
3.2	Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта	0	0	0	10	10
Итого за 7 семестр		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>48</b>	<b>54</b>
8 семестр						
<b>4</b>	<b>Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>22</b>
4.1	Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность	0	1	0	10	11
4.2	Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов	0	1	0	10	11
<b>5</b>	<b>Организация занятий и режима жизни юного спортсмена</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>32</b>
5.1	Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов	0	0	0	10	10
5.2	Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена	0	1	0	10	11
5.3	Контроль и коррекция спортивной подготовки	0	1	0	10	11
Итого за 8 семестр		<b>0</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>54</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>98</b>	<b>108</b>

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

Разделы	Содержание
1	<p align="center"><b>Основы теории и методики детского и юношеского спорта</b></p> <p><i>Тема Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1. Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Программный материал по годам обучения, зачетные требования. Развитие отечественной теории и методики детско-юношеского спорта.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Спортивная подготовка как система комплексного воздействия, содержание системы многолетней подготовки.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Разработать схему «Структура многолетней подготовки в избранном виде спорта».</i></p>
2	<p align="center"><b>Определение спортивных способностей и одарённости</b></p> <p><i>Тема Индивидуальные способности и выбор занятий спортом</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Индивидуальные способности и выбор занятий спортом: структура спортивных способностей и одарённости, системный подход в их изучении.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Дать характеристику двигательных, физических и психических способностей, имеющих значение в избранном виде спорта:</i></p> <p><i>Тема Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2. Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта: тип нервной системы и его значение для деятельности юных спортсменов. Спортивные способности различных типологических групп, особенности проведения психофизиологической диагностики спортивных способностей.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Оценить тип нервной системы у юного спортсмена, занимающегося избранным видом спорта.</i></p> <p><i>Тема Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта: уровни развития способностей спортсменов в различных видах спорта, методика тестирования компонентов спортивных способностей.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Ранжировать общие и специальные спортивные способности в избранном виде спорта по уровню их значимости.</i></p>
3	<p align="center"><b>Воспитание и обучение юного спортсмена</b></p> <p><i>Тема Воспитательная функция спортивной тренировки</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3. Воспитательная функция спортивной тренировки: особенности воспитания развивающейся личности в спорте, содержание средств и методов нравственного воспитания.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Воспитание волевых качеств: средства, методы, особенности методики организации занятий.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Разработать таблицу «Основные волевые качества и особенности их проявления в избранном виде спорта».</i></p> <p><i>Тема Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5. Обучение в системе спортивной подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта: закономерности, правила и принципы обучения в тренировке юных спортсменов; использование средств и методов. Дифференцированный подход.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Разработать алгоритм обучения технике в избранном виде спорта. Описать ошибки, допускаемые юным спортсменом при формировании основных элементов в избранном виде спорта.</i></p>
4	<p align="center"><b>Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта</b></p> <p><i>Тема Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность</i></p>

	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность: основные компоненты тренировочного воздействия, средства и методы воспитания физических способностей.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6-7.</i> Форсирование подготовки юных спортсменов: проблема форсирования подготовки, особенности проявления, негативные тенденции детско-юношеского спорта и их нивелирование.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Выявить основные особенности физической подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта.
	<i>Тема Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов</i>
	<i>Занятия лекционного типа 5-6.</i> Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта: цель, задачи, средства и методы тренировки, методика проведения занятий.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Методика развития основных двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Особенности проведения тренировочных занятий с девушками, учёт физиологических и психологических факторов.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Описать основные компоненты тренировочного процесса в избранном виде спорта.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Планирование нагрузок различной направленности с учётом возраста, пола и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Перечислить основные гендерные особенности спортивной подготовки.
<b>5</b>	<b>Организация занятий и режима жизни юного спортсмена</b>
	<i>Тема Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов</i>
	<i>Занятие лекционного типа 7.</i> Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов: возрастная периодизация на различных этапах подготовки юных спортсменов, её особенности.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11-12.</i> Технологии планирования тренировочных нагрузок с учётом физического развития – среднего, ускоренного, замедленного.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить таблицу «Признаки, отражающие степень биологического и физического развития юных спортсменов и их характеристики».
	<i>Тема Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13-14.</i> Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена: особенности проведения игровой и круговой спортивных тренировок; дневной режим и питание, закаливание организма.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать схему проведения круговой тренировки равномерным, интервальным и круговым методами.
	<i>Тема Контроль и коррекция спортивной подготовки</i>
	<i>Занятие лекционного типа 8.</i> Контроль и коррекция спортивной подготовки: педагогическое наблюдение, тестирование спортивной подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта. Коррекция спортивной подготовки юных спортсменов на основе анализа соревновательной деятельности.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Охарактеризовать контрольные испытания и тесты по оценке специальной физической подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 15-16.</i> Определение особенностей биологического и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать схему определения биологического развития юного спортсмена по внешним признакам»

## 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

Разделы	Содержание
<b>5 семестр</b>	
<b>1</b>	<b>Основы теории и методики детского и юношеского спорта</b>
	<i>Тема Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Программный материал по годам обучения, зачетные требования. Развитие отечественной теории и методики детско-юношеского спорта. Спортивная подготовка как система комплексного воздействия, содержание системы многолетней подготовки. <i>Самостоятельная работа.</i> Разработать схему «Структура многолетней подготовки в избранном виде спорта».
<b>2</b>	<b>Определение спортивных способностей и одарённости</b>
	<i>Тема Индивидуальные способности и выбор занятий спортом</i>
	<i>Самостоятельная работа</i> Индивидуальные способности и выбор занятий спортом: разработать таблицу «Структура спортивных способностей и одарённости».
	<i>Самостоятельная работа.</i> Дать характеристику двигательных, физических и психических способностей, имеющих значение в избранном виде спорта.3
	<i>Тема Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта: тип нервной системы и его значение для деятельности юных спортсменов. Спортивные способности различных типологических групп, особенности проведения психофизиологической диагностики спортивных способностей.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Оценить тип нервной системы у юного спортсмена, занимающегося избранным видом спорта.
	<i>Тема Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта.</i>
<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта: уровни развития способностей спортсменов в различных видах спорта, методика тестирования компонентов спортивных способностей.	
<i>Самостоятельная работа.</i> Ранжировать общие и специальные спортивные способности в избранном виде спорта по уровню их значимости.	
<b>3</b>	<b>Воспитание и обучение юного спортсмена</b>
	<i>Тема Воспитательная функция спортивной тренировки</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Воспитательная функция спортивной тренировки: особенности воспитания развивающейся личности в спорте, содержание средств и методов нравственного воспитания. Воспитание волевых качеств: средства, методы, особенности методики организации занятий.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать таблицу «Основные волевые качества и особенности их проявления в избранном виде спорта».
	<i>Тема Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта</i>
<i>Самостоятельная работа.</i> Изучить тему «Обучение в системе спортивной подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта»: разработать схему «Закономерности, правила и принципы обучения в тренировке юных спортсменов».	
<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать алгоритм обучения технике в избранном виде спорта. Описать ошибки, допускаемые юным спортсменом при формировании основных элементов в избранном виде спорта.	
<b>6 семестр</b>	
<b>4</b>	<b>Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта</b>
	<i>Тема Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность</i>



	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность: основные компоненты тренировочного воздействия, средства и методы воспитания физических способностей. Форсирование подготовки юных спортсменов: проблема форсирования подготовки, особенности проявления, негативные тенденции детско-юношеского спорта и их нивелирование.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Выявить основные особенности физической подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта.</p> <p><i>Тема Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта: цель, задачи, средства и методы тренировки, методика проведения занятий. Особенности проведения тренировочных занятий с девушками, учёт физиологических и психологических факторов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Описать основные компоненты тренировочного процесса в избранном виде спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Перечислить основные гендерные особенности спортивной подготовки.</p>
<b>5</b>	<p align="center"><b>Организация занятий и режима жизни юного спортсмена</b></p> <p><i>Тема Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить тему «Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов: возрастная периодизация на различных этапах подготовки юных спортсменов, её особенности». Составить таблицу «Признаки, отражающие степень биологического и физического развития юных спортсменов и их характеристики».</p> <p><i>Тема Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена: особенности проведения игровой и круговой спортивных тренировок; дневной режим и питание, закаливание организма.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать схему проведения круговой тренировки равномерным, интервальным и круговым методами.</p> <p><i>Тема Контроль и коррекция спортивной подготовки</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Контроль и коррекция спортивной подготовки: педагогическое наблюдение, тестирование спортивной подготовленности юных спортсменов в избранном виде. Коррекция спортивной подготовки юных спортсменов на основе анализа соревновательной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Охарактеризовать контрольные испытания и тесты по оценке специальной физической подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта. Изучить вопрос «Определение особенностей биологического и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта» и разработать схему определения биологического развития юного спортсмена по внешним признакам</p>

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 . Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки / Т. Бомпа, К. Буццичелли. – М.: Спорт, 2016. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/55562.html>
2. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник / Л.В. Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2002.
3. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 5-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/98647.html>.
4. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры; / Г. Н. Германов. 2-е изд., перераб. и доп. - М: Юрайт, 2017.
5. Интегративный подход в управлении подготовкой лыжников-двоеборцев: учеб.-метод. пособие / А.И. Попова, А.Е. Ардашев, В.Я. Гельмут, В.Н. Чумаков, В.А. Ветров, О.С. Зданович; под общ. ред. А.И. Поповой: - Пермь, «ОТ и ДО», 2015.

6. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детского-юношеского спорта : учебник для вузов / В.Г. Никитушкин. — Москва: Издательство «Спорт», 2021. — 328 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110431.html>.

### 6.1.2 Дополнительная литература

7. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной подготовки: монография / В.Б.Иссурин. – М.: Советский спорт, 2010.

8. Иссурин, В. Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов / В. Б. Иссурин, В. И. Лях. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-907225-16-9. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94127.html>.

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows XP Professional
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows XP Professional
4.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
5.	Пакет офисных программ Microsoft office 2010 Standard
6.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
7.	Kinovea
8.	Corel VideoStudio Pro X4
9.	GIMP
10.	7-zip
11.	Movie maker
12.	Project libre
13.	STDUViewer
14.	Chrome
15.	FireFox
16.	СПС Консультант-плюс
17.	Операционная система Windows 7 Basic
18.	Операционная система Windows 8 для одного языка
19.	Операционная система Windows XP Home Basic
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
20.	Яндекс Браузер
21.	Dartfish

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	<i>Электронно-библиотечные системы</i>	<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibl.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	«Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань»)	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
4.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	<a href="http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/">http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/</a>
5.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.ru/</a>
6.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>

## 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
<p>аудитория № 202 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система, микрофон, усилитель, беспроводной усилитель.</li> </ol>
<p>аудитория № 102 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук;</li> <li>3. Материалы, учитывающие требования международных стандартов WS.</li> </ol>
<p>аудитория № 102А учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная стол для лиц с нарушениями опорного аппарата (ОДА)), стол преподавателя, стул преподавателя);</li> <li>2. Технические средства обучения: интерактивная доска, проектор, ноутбук, колонки.</li> </ol>
<p>аудитория № 111 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, колонки.</li> </ol>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</li> <li>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</li> </ol>