

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хабдуллин  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.11.2023 14:16:20  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Сложно-координационных зимних видов спорта

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.  
«29» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Профессионально-спортивное совершенствование (Б1.В.03)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в хоккее. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2022</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры заочная: 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 семестры</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 21 часов: 756</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет, зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:  
Зебзеев В.В., доцент,  
к.п.н.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры СКЗВС  
Протокол от «29»апреля 2022 г. №15

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
Протокол от «18»мая 2022 г. №9

Рабочая программа обновлена и рассмотрена на заседании кафедры СКЗВС

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от 28.08.2023 г. №1

Протокол от 28.08.2023 г. №1

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся системы знаний, умений и навыков техники в хоккее в условиях тренировочной и соревновательной деятельности, повышение уровня индивидуального спортивного мастерства и эффективное их использование в дальнейшей профессиональной деятельности.

### 1.2 Задачи дисциплины

- способствовать совершенствованию индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по избранному виду спорта;
- повысить интегральный уровень подготовленности обучающихся, в избранном виде спорта;
- научить осуществлять самоконтроль, сохранять и поддерживать спортивную форму;
- выработать у студентов умения по ведению спортивного дневника;
- владеть основами планирования тренировочной и соревновательной деятельности.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

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 «Профессионально-спортивное совершенствование» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<b>УК-7.1 Знает</b> способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. <b>УК-7.2 Умеет</b> использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности. <b>УК-7.3 Владеет</b> здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
ПК-4 Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство.	<b>ПК-4.1 Знает</b> основы самоконтроля и самооценки уровня подготовленности в избранном виде спорта. <b>ПК-4.2 Знает</b> правила эксплуатации современных контрольно-измерительных приборов, спортивного инвентаря и оборудования. <b>ПК-4.3 Умеет</b> самостоятельно оценивать свой уровень подготовленности в избранном виде спорта. <b>ПК-4.4 Умеет</b> пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием. <b>ПК-4.5 Умеет</b> совершенствовать свою интегральную подготовленность. <b>ПК-4.6 Умеет</b> использовать методы планирования и организации своей спортивной подготовки. <b>ПК-4.7 Имеет опыт</b> самоконтроля и анализа своей подготовленности в избранном виде спорта. <b>ПК-4.8 Имеет опыт</b> планирования и реализации самостоятельной деятельности по совершенствованию

собственного спортивного мастерства.

Профессиональный стандарт 05.003 «Тренер» / ОТФ:

В. Спортивная подготовка спортсменов и (или) спортивной команды (далее занимающихся) по виду спорта (группе спортивных дисциплин)

С. Деятельность по спортивной подготовке спортсменов спортивной сборной команды по виду спорта (группе спортивных дисциплин) физкультурно-спортивных обществ, муниципальных образований, субъекта Российской Федерации

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоёмкость в часах						
		3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.	Всего
1	Контактная работа	54	36	54	54	108	72	378
1.1	Занятия лекционного типа	0	0	0	0	0	0	0
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	54/48	36/30	54/52	54/54	108/108	72/72	378/364
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	54/0	36/0	54/0	54/0	108/0	72/0	378/0
3	Промежуточная аттестация – зачет зачет с оценкой	+	+	+	+	+	+	+
4	Всего трудоёмкость дисциплины:							
	в академических часах	108	72	108	108	216	144	756
	в зачетных единицах	3	2	3	3	6	4	21

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

№	Виды учебной работы	Трудоёмкость в часах							
		3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.	9 сем.	Всего
1	Контактная работа	8	8	18	10	22	16	16	98
1.1	Занятия лекционного типа	0	0	0	0	0	0	0	0
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	8/4	8/8	18/16	10/10	22/22	16/16	16/16	98/92
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	64/4	64/4	162/0	98/4	122/0	56/4	92/4	658/20
3	Промежуточная аттестация – зачет зачет с оценкой	+	+	-	+	-	+	+	+

4	Всего трудоемкость дисциплины:								
	в академических часах	72	72	180	108	144	72	108	756
	в зачетных единицах	2	2	5	3	4	2	3	21

#### 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
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа	
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>3 семестр</b>		<b>0</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>108</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	2	-	-	2
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	2	-	4	6
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	6	6	-	6
4	Физическая подготовка	0	28	26	28	56
5	Технико-тактическая подготовка	0	16	16	20	36
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
<b>4 семестр</b>		<b>0</b>	<b>36</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>72</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	2	-	2	4
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	6	2	4	10
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	2	2	4	6
4	Физическая подготовка	0	16	16	14	30
5	Технико-тактическая подготовка	0	10	10	10	20
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
<b>5 семестр</b>		<b>0</b>	<b>54</b>	<b>52</b>	<b>54</b>	<b>108</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	-	-	4	4
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	2	-	-	2
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	12	12	6	18
4	Физическая подготовка	0	12	12	14	26
5	Технико-тактическая подготовка	0	24	24	20	44
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	4	4	10	14
<b>6 семестр</b>		<b>0</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>108</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	2	2	6	8
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	6	6	-	6
4	Физическая подготовка	0	22	22	24	46
5	Технико-тактическая подготовка	0	18	18	12	30
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	6	6	10	16

	спорта					
<b>7 семестр</b>		<b>0</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>216</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	4	4	-	4
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	8	8	8	16
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
4	Физическая подготовка	0	40	40	38	78
5	Технико-тактическая подготовка	0	30	30	30	60
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	26	26	30	56
<b>8 семестр</b>		<b>0</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>144</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	6	6	6	12
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
4	Физическая подготовка	0	36	36	32	68
5	Технико-тактическая подготовка	0	28	28	28	56
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	2	2	2	4
<b>Итого:</b>		<b>0</b>	<b>378</b>	<b>364</b>	<b>378</b>	<b>756</b>

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная 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>3 семестр</b>		<b>0</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>64</b>	<b>72</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	2	-	-	2
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	2	2	4	6
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	4	4	-	4
4	Физическая подготовка	0	-	-	38	38
5	Технико-тактическая подготовка	0	-	-	20	20
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
<b>4 семестр</b>		<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	<b>72</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	0	-	-	2	2
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	4	4	4	8
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	0	4	4	4	8
4	Физическая подготовка	0	-	-	28	28
5	Технико-тактическая подготовка	0	-	-	24	24
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	0	-	-	2	2
<b>5 семестр</b>		<b>0</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>162</b>	<b>180</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	-	-	-	6	6
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	-	2	-	-	2
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	-	12	12	26	38
4	Физическая подготовка	-	-	-	50	50
5	Технико-тактическая подготовка	-	-	-	50	50

6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	-	4	4	30	34
<b>6 семестр</b>		<b>0</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>98</b>	<b>108</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	-	2	2	20	22
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	0	4	4	4	8
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	-	-	-	2	2
4	Физическая подготовка	-	-	-	28	28
5	Технико-тактическая подготовка	-	-	-	30	30
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	-	4	4	18	22
<b>7 семестр</b>		<b>0</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>122</b>	<b>144</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	-	4	4	-	4
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	-	-	-	12	12
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	-	-	-	2	2
4	Физическая подготовка	-	-	-	42	42
5	Технико-тактическая подготовка	-	-	-	36	36
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	-	18	18	30	48
<b>8 семестр</b>		<b>0</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	<b>72</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	-	6	6	2	8
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	-	-	-	4	4
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	-	-	-	4	4
4	Физическая подготовка	-	-	-	20	20
5	Технико-тактическая подготовка	-	-	-	20	20
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	-	10	10	6	16
<b>9 семестр</b>		<b>0</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>92</b>	<b>108</b>
1	Контроль и самоконтроль на занятиях	-	2	2	4	6
2	Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта	-	-	-	2	2
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	-	6	6	14	20
4	Физическая подготовка	-	-	-	28	28
5	Технико-тактическая подготовка	-	-	-	26	26
6	Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта	-	8	8	18	26
<b>Итого:</b>		<b>0</b>	<b>98</b>	<b>92</b>	<b>658</b>	<b>756</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)

№ темы	Содержание
1	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Понятие контроля и самоконтроля в спортивной подготовке. Виды контроля и их краткая характеристика. Основные требования к ведению спортивного дневника. Как заполнять. Значение данных заносимых в спортивные дневники.
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка. Материально техническое обеспечение тренировочного процесса в избранном виде спорта. Подбор спортивного инвентаря для занятий избранным видом спорта. <i>Самостоятельная работа.</i> Опишите методику подготовки спортивного инвентаря к соревновательной деятельности.
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 3-5.</i> Участие в соревнованиях с целью

	закрепления пройденного материала и совершенствования интегральной подготовленности.
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 6. Основы общей и специальной физической подготовки.</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 7-9. Развитие силовых способностей общеподготовительными средствами (работа на тренажерах, прыжковые упражнения, игры, эстафеты на различные группы мышц)</i>
	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Выполнение упражнений на развитие силовых способностей (скоростно-силовых, собственно-силовых, силовой выносливости)</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 10-13. Развитие скоростных способностей общеподготовительными средствами (легкоатлетические упражнения, эстафеты, игры)</i>
4	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Выполнение упражнений на развитие скоростных способностей (пример: бег 30 м, 60 м, 100 м)</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 14-16. Развитие выносливости общеподготовительными средствами (пример: кросс 60 минут)</i>
	<i>Самостоятельная работа. Выполнение упражнений на развитие общей выносливости</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 17-19. Развитие координационных способностей общеподготовительными средствами (гимнастические и акробатические упражнения, подвижные и спортивные игры, работа на тренажерах, эспандерах)</i>
	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Выполнение упражнений (статических и динамических) на развитие координационных способностей.</i>
	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 20-23. Применение подводящих и имитационных упражнений при обучении техники в избранном виде спорта.</i>
5	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Выполнение имитационных упражнений.</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 24-27. Применение тактических схем в избранном виде спорта.</i>
	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Выполнение тактических схем.</i>
	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
6	<i>Самостоятельная работа. Повторение основных понятий и терминов</i>
	<b>4 семестр</b>
	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях.</i>
	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 28. Контроль за тренировочной деятельностью. Цель и объект контроля. Задачи, методы и организация комплексного контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный). Требования к показателям, используемые в контроле подготовленности спортсменов различной квалификации.</i>
1	<i>Самостоятельная работа. Подготовить дневник самоконтроля</i>
	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 29-30. Требования к выбору мест проведения занятий по избранному виду спорта. Современный спортивный инвентарь и уход за ним. Ремонт инвентаря.</i>
2	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 31. Подготовка спортивного инвентаря к занятиям и соревнованиям. Тестирование инвентаря перед соревнованиями.</i>
	<i>Самостоятельная работа. Подготовить конспект. Характеристика оборудования используемого при подготовке инвентаря соревнованиям</i>
	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 32. Участие в соревнованиях с целью закрепления пройденного материала и совершенствования интегральной подготовленности.</i>
3	<i>Самостоятельная работа. Провести письменный анализ соревновательной деятельности (определить положительные и отрицательные моменты, что получилось, что не получилось, выявить причины). Заполнение дневника самоконтроля.</i>
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 33-34. Развитие силовых способностей с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений.</i>
4	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Работа с утяжелителями, работа с эспандерами.</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 35-36. Развитие скоростных способностей с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений</i>
	<i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Скоростная работа - ускорения по 100 метров. Работа на эспандерах с максимальной скоростью. Метод – повторный.</i>

	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 37-38. Развитие общей и специальной выносливости с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Кросс, передвижение на лыжах, плавание, велосипед и т.п., направленные на воспитание общей и специальной выносливости. Методы тренировки - равномерный, игровой, переменный</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 39-40. Развитие координационных способностей с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Прыжки на багуде, работа на тренажерах, передвижения на лыжах (без палок, с одной палкой и т.п.), на коньках. Метод – повторный, переменный, игровой.</i></p>
	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка</i>
5	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 41-43. Обучение технике применение специально-подготовительных и соревновательных средств в избранном виде спорта.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование скоростно-силовых и координационных способностей.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 44-45. Совершенствование тактики в избранном виде спорта.</i></p>
6	<p style="text-align: center;"><i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Повторение основных понятий и терминов.</i></p>
<b>5 семестр</b>	
	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<i>Самостоятельная работа. Составить конспект. Показатели и методика оперативного, текущего и этапного контроля. Заполнение дневника самоконтроля.</i>
	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
2	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 46 Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности.</i>
	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
3	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 47-52. Участие в соревнованиях с целью совершенствования интегральной подготовленности.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Письменное задание. Анализ соревновательной деятельности в избранном виде спорта за предыдущий сезон на примере одного из спортсменов. Заполнение дневника самоконтроля.</i></p>
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
4	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 53-55. Совершенствование силовых, скоростных способностей и специальной выносливости используя специально-подготовительные и соревновательные средства.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Подобрать и подготовить конспект комплекса упражнений направленного на совершенствование силовой выносливости с использованием соревновательных и специально-подготовительных средств. Заполнение дневника самоконтроля</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 56-58. Совершенствование координационных способностей, используя специально-подготовительные и соревновательные средства.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Совершенствование специальной гибкости в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Заполнение дневника самоконтроля</i></p>
	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка</i>
5	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 59-64. Закрепление технических и тактических приемов в избранном виде спорта. Устранение ошибок в технике.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Самостоятельная подготовка. Заполнение дневника самоконтроля</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 65-70. Закрепление техники выполнения двигательных действий в избранном виде спорта.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Понятия о технике и тактике. Классификация тактических действий в ИВС. Отработка техники и тактических приемов в избранном виде спорта. Заполнение дневника самоконтроля</i></p>
	<i>Тема 14 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
6	<p><i>Занятия семинарского типа (семинарские занятия) 71-72. Характеристика этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта. Соотношение объемов видов подготовки на разных этапах. Планирование четырёхлетнего цикла.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа. Составить конспект. Соотношение видов подготовки в зависимости от этапа многолетней подготовки и периода подготовки.</i></p>



<b>6 семестр</b>	
	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 73.</i> Применение тестов и контрольных упражнений для оценки уровня физической подготовленности (силовых способностей, скоростных способностей, выносливости, гибкости, координационных способностей)</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Соотнести результаты контроля физической подготовленности с нормативными значениями стандарта спортивной подготовки по виду спорта и написать рекомендации. Заполнение дневника самоконтроля</p>
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Описать методы подготовки инвентаря.
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 74-76.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
4	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 77-78.</i> Совершенствование силовых способностей (собственно-силовых, скоростно-силовых) с применением общих и специальных средств тренировки</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 79-80.</i> Совершенствование скоростных способностей. Применение различных средств и методов тренировки, направленных на повышение уровня скоростных способностей.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 81-82.</i> Совершенствование общей и специальной выносливости с использованием специфических и неспецифических средств. Повышение функциональной работоспособности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Повышение выносливости (общей, специальной, скоростной, силовой, координационной) на основе применения разнообразных средств тренировки. Заполнение дневника самоконтроля.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 83-84.</i> Совершенствование координационных способностей в избранном виде спорта (статическое и динамическое равновесие, ориентация в пространстве, ритм движения и т.п.)</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 85-87.</i> Совершенствование общей и специальной гибкости.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование специальной гибкости (повторный метод, развивающий режим). Стретчинговые упражнения. Заполнение дневника самоконтроля.</p>
5	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка</i>
	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 88-96.</i> Совершенствование техники и тактики в избранном виде спорта. Коррекция ошибок.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Подобрать упражнения для устранения ошибок возникающих в технике выполнения двигательных действий в избранном виде спорта. Заполнение дневника самоконтроля</p>
6	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 97-99.</i> Разработка документов планирования (оперативного, текущего, этапного)</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать детализированный план тренировочного занятия (направленность и этап спортивной подготовки, контингент определяются ведущим преподавателем)</p>
<b>7 семестр</b>	
	<i>Тема 25 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 100-101.</i> Проведение контроля уровня технической подготовленности.
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
	<p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 102-105.</i> Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Повторение основных понятий и терминов.</p>
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
	<i>Самостоятельная работа.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
4	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 106-125.</i> Совершенствование общей и

	<p>специальной физической подготовленности с использованием неспецифических специфических средств (кросс, тренажеры, передвижения на лыжах, спортивные подвижные игры и т.п.)</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Применение комплексов упражнений для совершенствование скоростно-силовых способностей, координационных способностей, силовой и скоростной выносливости. Заполнение дневника самоконтроля.</p>
5	<p style="text-align: center;"><i>Тема 24 Техничко-тактическая подготовка</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 126-135.</i> Совершенствование техники в избранном виде спорта (применение повторного, контрольного и соревновательного методов).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование скоростно-силовых и координационных способностей.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 136-140.</i> Совершенствование тактики в избранном виде спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование скоростно-силовых способностей, скоростной и силовой выносливости.</p>
6	<p style="text-align: center;"><i>Тема 26 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 141-153.</i> Проведение тренировочного занятия (части тренировочного занятия) на основе разработанного плана</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработка тренировочного плана по избранному виду спорта.</p>
<b>8 семестр</b>	
1	<p style="text-align: center;"><i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 154-156.</i> Комплексный контроль в избранном виде спорта. Оценка функциональной и психологической подготовленности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подобрать методики для оценки функциональной и психологической подготовленности. Выбрать наиболее значимые критерии.</p>
2	<p style="text-align: center;"><i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности.</p>
3	<p style="text-align: center;"><i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.</p>
4	<p style="text-align: center;"><i>Тема 4 Физическая подготовка</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 157-165.</i> Организация и проведение самостоятельных занятий по общей физической подготовке. Применение различных средств и методов тренировки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование общей физической подготовленности на основе применения разнообразных средств. Ведение дневника самоконтроля.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 166-174.</i> Организация и проведение самостоятельных занятий по специальной физической подготовке. Применение различных средств и методов тренировки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Совершенствование специальной физической подготовленности. Ведение дневника самоконтроля.</p>
5	<p style="text-align: center;"><i>Тема 28 Техничко-тактическая подготовка</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 175-181.</i> Совершенствование техники в избранном виде спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование скоростно-силовых и координационных способностей.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 182-188.</i> Совершенствование тактики в избранном виде спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование скоростно-силовых способностей, скоростной и силовой выносливости.</p>
6	<p style="text-align: center;"><i>Тема 30 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 189.</i> Планирование микроциклов тренировочных занятий в зависимости от периода подготовки</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составит примерный план микроцикла тренировочных занятий (тип микроцикла и период определяет ведущий преподаватель)</p>

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

№ темы	Содержание
<b>Контроль и самоконтроль на занятиях</b>	
<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>	
1	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Понятие контроля и самоконтроля в спортивной подготовке. Виды контроля и их краткая характеристика. Основные требования к ведению спортивного дневника. Как заполнять. Значение данных заносимых в спортивные дневники.
<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>	
2	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 2.</i> Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка. Материально техническое обеспечение тренировочного процесса в избранном виде спорта. Подбор спортивного инвентаря для занятий избранным видом спорта. <i>Самостоятельная работа.</i> Опишите методику подготовки спортивного инвентаря к соревновательной деятельности.
<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>	
3	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-4.</i> Участие в соревнованиях с целью закрепления пройденного материала и совершенствования интегральной подготовленности.
<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>	
4	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Описать основы общей и специальной физической подготовки в избранном виде спорта. Выполнение упражнений на развитие силовых способностей (скоростно-силовых, собственно-силовых, силовой выносливости); скоростных способностей (пример: бег 30 м, 60 м, 100 м); общей выносливости; координационных способностей.
<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i>	
5	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Выполнение подводящих имитационных упражнений при обучении технике в избранном виде спорта. Выполнение тактических схем.
<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>	
6	<i>Самостоятельная работа.</i> Повторение основных понятий и терминов
<b>4 семестр</b>	
<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях.</i>	
1	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить план-конспект на тему «Контроль за тренировочной деятельностью»: цель и объект контроля; задачи, методы и организация комплексного контроля; виды контроля (этапный, текущий и оперативный); требования к показателям, используемые в контроле подготовленности спортсменов различной квалификации. Подготовить дневник самоконтроля
<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>	
2	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 5-6.</i> Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности. <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект. Характеристика оборудования используемого при подготовке инвентаря соревнованиям
<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>	
3	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 7-8.</i> Участие в соревнованиях с целью закрепления пройденного материала и совершенствования интегральной подготовленности. <i>Самостоятельная работа.</i> Провести письменный анализ соревновательной деятельности (определить положительные и отрицательные моменты, что получилось, что не получилось, выявить причины). Заполнение дневника самоконтроля.
<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>	
4	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Работа на развитие силовых способностей (с утяжелителями, эспандерами). Работа на развитие скоростных способностей с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений. Кросс, передвижение на лыжах, плавание, велосипед и т.п., направленные на воспитание общей и специальной выносливости. Развитие координационных способностей с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений (прыжки на батуте, работа на тренажерах, передвижения на лыжах (без палок, с одной палкой и т.п.), на коньках)
<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i>	
5	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование тактики в избранном виде спорта.
<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>	
6	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Соотношение видов подготовки в зависимости от этапа многолетней подготовки и периода подготовки.
<b>5 семестр</b>	

	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Показатели и методика оперативного, текущего и этапного контроля. Заполнение дневника самоконтроля.
	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
2	<i>Занятия семинарского типа (семинар) 9.</i> Требования к выбору мест проведения занятий по избранному виду спорта. Современный спортивный инвентарь и уход за ним. Ремонт инвентаря.
	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
3	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 10-15.</i> Участие в соревнованиях с целью совершенствования интегральной подготовленности. <i>Самостоятельная работа.</i> Письменное задание. Анализ соревновательной деятельности в избранном виде спорта за предыдущий сезон на примере одного из спортсменов. Заполнение дневника самоконтроля.
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
4	<i>Самостоятельная работа.</i> Совершенствование силовых, скоростных способностей и специальной выносливости, используя специально-подготовительные и соревновательные средства. Совершенствование специальной гибкости. Разработать комплекс упражнений направленного на совершенствование силовой выносливости с использованием соревновательных и специально-подготовительных средств. Заполнение дневника самоконтроля.
	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i>
5	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Закрепление технических и тактических приемов в избранном виде спорта. Устранение ошибок в технике. Заполнение дневника самоконтроля.
	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
6	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 16-17.</i> Характеристика этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта. Соотношение объемов видов подготовки на разных этапах. Планирование четырёхлетнего цикла. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Соотношение видов подготовки в зависимости от этапа многолетней подготовки и периода подготовки.
<b>6 семестр</b>	
	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 18.</i> Применение тестов и контрольных упражнений для оценки уровня физической подготовленности (силовых способностей, скоростных способностей, выносливости, гибкости, координационных способностей) <i>Самостоятельная работа.</i> Соотнести результаты контроля физической подготовленности с нормативными значениями стандарта спортивной подготовки по виду спорта и написать рекомендации. Заполнение дневника самоконтроля
	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i>
2	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 19-20.</i> Подготовка спортивного инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности. Тестирование инвентаря. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Описать методы подготовки инвентаря.
	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i>
3	<i>Самостоятельная работа.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i>
4	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Повышение выносливости (общей, специальной, скоростной, силовой, координационной) на основе применения разнообразных средств тренировки. Совершенствование специальной гибкости. Заполнение дневника самоконтроля.
	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i>
5	<i>Самостоятельная работа.</i> Совершенствование техники и тактики в избранном виде спорта. Составить конспект. Подобрать упражнения для устранения ошибок возникающих в технике выполнения двигательных действий в избранном виде спорта. Заполнение дневника самоконтроля
	<i>Тема 19 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
6	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 21-22.</i> Разработка документов планирования (оперативного, текущего, этапного) <i>Самостоятельная работа.</i> Разработать детализированный план тренировочного занятия (направленность и этап спортивной подготовки, контингент определяются ведущим преподавателем)
<b>7 семестр</b>	
	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i>
1	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 23-24.</i> Проведение контроля уровня технической

	подготовленности.
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Составить конспект. Описать методы подготовки инвентаря.
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
4	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Применение комплексов упражнений для совершенствование скоростно-силовых способностей, координационных способностей, силовой и скоростной выносливости. Заполнение дневника самоконтроля.
5	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование скоростно-силовых и координационных способностей. Совершенствование тактики в избранном виде спорта.
6	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i> <i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 25-33.</i> Проведение тренировочного занятия (части тренировочного занятия) на основе разработанного плана <i>Самостоятельная работа.</i> Разработка тренировочного плана по избранному виду спорта.
<b>8 семестр</b>	
1	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i> <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 34-36.</i> Комплексный контроль в избранном виде спорта. Оценка функциональной и психологической подготовленности. <i>Самостоятельная работа.</i> Подобрать методики для оценки функциональной и психологической подготовленности. Выбрать наиболее значимые критерии.
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности.
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
4	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование общей физической подготовленности на основе применения разнообразных средств. Ведение дневника самоконтроля. Совершенствование специальной физической подготовленности. Ведение дневника самоконтроля.
5	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование тактики в избранном виде спорта.
6	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i> <i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 37-41.</i> Планирование микроциклов тренировочных занятий в зависимости от периода подготовки <i>Самостоятельная работа.</i> Составит примерный план микроцикла тренировочных занятий (тип микроцикла и период определяет ведущий преподаватель)
<b>9 семестр</b>	
1	<i>Тема 1 Контроль и самоконтроль на занятиях</i> <i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 42.</i> Комплексный контроль в избранном виде спорта. Оценка функциональной и психологической подготовленности. <i>Самостоятельная работа.</i> Подобрать методики для оценки функциональной и психологической подготовленности. Выбрать наиболее значимые критерии.
2	<i>Тема 2 Спортивный инвентарь, оборудование и экипировка в избранном виде спорта</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка инвентаря к тренировочной и соревновательной деятельности.
3	<i>Тема 3 Соревновательная деятельность в избранном виде спорта</i> <i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 43-45.</i> Участие в спортивных соревнованиях с целью определения и повышения уровня интегральной подготовленности.
4	<i>Тема 4 Физическая подготовка</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Совершенствование общей физической подготовленности на основе применения разнообразных средств. Ведение дневника самоконтроля. Совершенствование специальной физической подготовленности. Ведение дневника самоконтроля.

5	<i>Тема 5 Техничко-тактическая подготовка в избранном виде спорта</i>
	<i>Самостоятельная работа.</i> Самостоятельная подготовка. Имитация техники в избранном виде спорта с использованием тренажеров. Совершенствование тактики в избранном виде спорта.
6	<i>Тема 6 Планирование спортивной тренировки в избранном виде спорта</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка) 46-49.</i> .Планирование микроциклов тренировочных занятий в зависимости от периода подготовки
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составит примерный план микроцикла тренировочных занятий (тип микроцикла и период определяет ведущий преподаватель)

## 6.1 . Рекомендуемая литература

### 6.1.1 Обязательная литература

1. Вольхина, Н.А. Становление и развитие фигурного катания на коньках. [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров 49.03.01 – «ФК» / Н. А. Вольхина, В. А. Апарин. -2-е изд. Доп. – СПб, 2019. – 85с.
2. Ишматов, Р.Г. Теория, методика и практика хоккея. Учебник / Р.Г. Ишматов, В.А. Кузьмин; СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта. – М. : ИД «МедиаЛайн», 2016. – 388 с.

### 6.1.2 Дополнительная литература

3. Вольхина, Н.А. Обучение фигурному катанию на коньках детей младшего школьного возраста. [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров 49.03.01 – «ФК» / Н. А. Вольхина. – 2-е изд. Доп. – СПб, 2019. – 106 с.
4. Михно, Л.В. Теория и методика подготовки юных хоккеистов : учебник для тренеров / Л.В. Михно, Ю.Ф. Курамшин, В.В. Филатов, Р.Г. Ишматов, В.С. Волков / под ред. Л.В. Михно. – СПб. 2017. – 616 с. : ил.
5. Овечкин, А. М. Организация тренировочного процесса технико-тактической направленности в профессиональных хоккейных клубах России и национальной хоккейной лиги : автореф. Дис. ... канд. Пед. Наук / Овечкин Александр Михайлович. – Москва, 2022. – 22 с.

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

## 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="https://chgafkis.ru/biblioteka/">https://chgafkis.ru/biblioteka/</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>

## 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>
аудитория № 111 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	<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: проектор, ноутбук, колонки.</li> </ol>
аудитория № 256 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя.</li> </ol>
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	<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>