

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.11.2023 21:34:56  
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 физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

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

«24» июня 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Спортивно-педагогическое совершенствование(Б1.В.ДВ.04.02)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Физкультурное образование»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2021</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 8 семестр заочная: 9 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы Дарвиш Т.А., к.п.н., доцент

Рецензент Зданович О.С., к.п.н., доцент

**Рабочая программа утверждена на заседании кафедры**  
Теории и методики физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

«22» июня 2021 г., протокол № 19.

Заведующий кафедрой ТиМФКСиБЖД к.п.н., доцент \_\_\_\_\_ Борина Ю.Ю.

**Рабочая программа утверждена учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»**

«23» июня 2021 г., протокол № 11.

Секретарь учебно-методического совета \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Сабурова Н.Н.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chifk.ru/>

## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины обучающимися по профилю «Физкультурное образование» является формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида).

### 1.2 Задачи дисциплины

- формирование у обучающихся знаний о целях, задачах и содержании процесса спортивно-педагогического совершенствования;
- знакомство с современными методиками и инновационными концепциями организации тренировочных занятий в России и за рубежом;
- формирование у обучающихся знаний о технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств;
- освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений.

## 2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Профессиональные		
<b>ПК-4</b> Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы	<b>ПК-4.1.</b> Знает требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ. <b>ПК-4.2.</b> Умеет проектировать и планировать образовательный процесс по обеспечению реализации образовательных программ дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ. <b>ПК-4.3.</b> Владеет методами разработки учебно-методического обеспечения учебного предмета, дисциплины (модулей), учебных курсов, предметов, дополнительных общеобразовательных программ, в том числе оценочных средств для проверки результатов их освоения.	<b>Знает:</b> - требования к составлению дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта. <b>Умеет:</b> - проектировать и планировать образовательный процесс по обеспечению реализации дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта. <b>Владеет (имеет опыт):</b> - оценочными средствами для проверки результатов реализации дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта.
<b>ПК-5</b> Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы	<b>ПК-5.1.</b> Знает формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей. <b>ПК-5.2.</b> Умеет применять	<b>Знает:</b> - формы, методы, средства и приемы организации тренировочных занятий обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и

<p>организации деятельности обучающихся</p>	<p>педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.</p> <p><b>ПК-5.3. Владеет</b> методами и приемами организации различных видов деятельности обучающихся, используя средства педагогической поддержки обучающихся.</p>	<p>индивидуальных особенностей.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации тренировочных занятий для обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами и приемами организации различных видов тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся.</li> </ul>
<p><b>ПК-6</b> Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения</p>	<p><b>ПК-6.1. Знает</b> формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы.</p> <p><b>ПК-6.2. Умеет</b> анализировать эффективность учебных занятий и подходов к обучению.</p> <p><b>ПК-6.3. Владеет</b> методами контроля и технологиями оценки процесса и результатов освоения образовательной программы.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения дополнительной образовательной программы по видам спорта.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать эффективность тренировочных занятий.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами контроля и технологиями оценки процесса и результатов тренировочных занятий с обучающимися.</li> </ul>
<p><i>Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» / ОТФ:</i></p> <p><i>А. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования</i></p> <p><i>В. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ</i></p> <p><i>Профессиональный стандарт 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:</i></p> <p><i>А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</i></p> <p><i>С. Организационно-педагогическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ</i></p>		

### 3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование» (Б1.В.ДВ.04.02) относится к части формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин: Возрастная физиология, Введение в профессиональную деятельность, Олимпийское образование, Педагогические технологии в физкультурном образовании, Технологии проектирования индивидуальных образовательных маршрутов, Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ, Социальная адаптация в условиях образовательной и профессиональной деятельности, Инклюзивное физкультурно-спортивное образование, Организация физкультурно-спортивных мероприятий, Спортивная ориентация детей и подростков, Возрастная кинезиология, Возрастные аспекты двигательной активности человека, Физическое воспитание в детских оздоровительных лагерях, Физкультурно-оздоровительная работа в детских

оздоровительных лагерях, Атлетическая гимнастика, Аквафитнес, Научно-исследовательская деятельность в профессиональной деятельности, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Теория и методика физического воспитания обучающихся младшего школьного возраста, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Теория и методика физического воспитания обучающихся среднего школьного возраста, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Теория и методика физического воспитания обучающихся старшего школьного возраста, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Теория и методика физического воспитания обучающихся дошкольного возраста, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Внеурочная деятельность по физическому воспитанию, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Мониторинг и коррекция физического здоровья обучающихся, Учебная практика: ознакомительная, Производственная практика: педагогическая.

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Организация тренировочных занятий», будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: Повышение профессионального мастерства, Теория и методика физического воспитания обучающихся: Формирование здорового образа жизни у детей школьного возраста.

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		8 семестр	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.)	32	32
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60	60
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины: в академических часах	108	108
	в зачетных единицах	3	3

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		9 семестр	Всего
1	Контактная работа	16	16
1.1	Занятия лекционного типа	6	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	10	10
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	92/19	92/19
2.1	Контрольная работа	15	15
3	Промежуточная аттестация – зачет с оценкой	4	4
4	Всего трудоемкость дисциплины: в академических часах	108	108
	в зачетных единицах	3	3

**5. Структура и содержание дисциплины**  
**5.1 Модульный тематический план**  
**5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)**

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1	Общие вопросы теории и методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»	ПК-5.1, ПК-6.1	2	4	6	6	12	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
2	Основы учебно-тренировочных занятий	ПК-5.1, ПК-5.2	2	4	6	6	12	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
3	Основы построения процесса учебно-тренировочных занятий	ПК-5.1, ПК-5.2	4	4	8	8	16	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
4	Технология планирования в спортивно-педагогическом процессе	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	4	4	8	8	16	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
5	Комплексный контроль и учет в спортивно-педагогическом процессе	ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3	2	4	6	8	14	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
6	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3	2	12	14	24	38	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
<b>ИТОГО:</b>			<b>16</b>	<b>32</b>	<b>48</b>	<b>60</b>	<b>108</b>		

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

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1	Общие вопросы теории и методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»	ПК-5.1, ПК-6.1	2	2	4	15	19	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
2	Основы учебно-тренировочных занятий	ПК-5.1, ПК-5.2	2	2	4	15	19	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ

3	Основы построения процесса учебно-тренировочных занятий	ПК-5.1, ПК-5.2	2	2	4	15	19	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
4	Технология планирования в спортивно-педагогическом процессе	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3	-	2	2	15	17	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
5	Комплексный контроль и учет в спортивно-педагогическом процессе	ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3	-	2	2	15	17	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
6	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3	-	-	-	17	17	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>ИТОГО:</b>			<b>6</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>92</b>	<b>108</b>		

## 5.2 Образовательные технологии и оценочные средства, используемые при формировании компетенций

Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций	Оценочные средства для аттестации
<p><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>занятия лекционного типа;</li> <li>занятия семинарского типа.</li> </ul> <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>разбор конкретных ситуаций;</li> <li>работа в малых группах.</li> </ul>	<p><i>Устный опрос (УО):</i> УО-1 – собеседование; УО-3 – зачет.</p> <p><i>Письменные работы (ПР):</i> ПР-1 – тест, письменный ответ ПР-2 – контрольная работа</p> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i> ИС-2 – балльно-рейтинговая система</p>

## 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

Темы	Содержание
	<p><i>Тема: Общие вопросы теории и методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»</i></p>
1.	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Спортивно-педагогическое совершенствование в системе высшего профессионального физкультурного образования. Интегративный характер и место спортивно-педагогического совершенствования в комплексе дисциплин предметной подготовки. Распределение часов по видам занятий. Общая годовая нагрузка и наполняемость учебных групп спортсменами различной спортивной квалификации. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя, тренера в физическом воспитании и спорте.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Спорт и спортивная подготовка как основа содержания спортивно-педагогического совершенствования. Основные направления в развитии спортивного движения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Характеристика системы учебно-тренировочных занятий. Компоненты системы соревновательной подготовки. Характеристика структурно-функциональной схемы спортивно-педагогической подготовки.</p> <p><i>СР.</i> Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать спортивные достижения и тенденции их развития.</p>
	<p><i>Тема: Основы учебно-тренировочных занятий</i></p>
2	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Основы учебно-тренировочных занятий. Цели и задачи учебно-тренировочных занятий. Средства учебно-тренировочных занятий и их краткая характеристика. Принципы единства ОФП и СФП.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 3.</i> Методы учебно-тренировочных занятий. Виды и классификация методов учебно-тренировочных занятий. Методические принципы учебно-тренировочных занятий.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Принципы учебно-тренировочных занятий.</p>

	<p>Принцип индивидуализации. Единство общей и специальной подготовки. Принцип вариативности тренировочной нагрузки.</p> <p>СР. Подготовить доклад на тему «Основные стороны учебно-тренировочных занятий. Тренировочные и соревновательные нагрузки».</p>
3	<p><i>Тема: Основы построения процесса учебно-тренировочных занятий</i></p> <p>Занятие лекционного типа 3. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Процесс подготовки спортсменов высокой квалификации. Структура тренировки. Характеристика методических положений построения многолетнего процесса тренировки и соревнований спортсмена.</p> <p>Занятие лекционного типа 4. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Понятие «Микроцикл». Внешние признаки микроцикла. Виды микроциклов.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5. Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Понятие «Мезоцикл». Внешние признаки мезоцикла. Виды мезоцикла.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6. Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Понятие «Макроцикл». Внешние признаки макроцикла. Виды макроциклов.</p> <p>СР. Составить план спортивной подготовки (микроцикл, мезоцикл, макроцикл) на основе избранного вида спорта.</p>
4.	<p><i>Тема: Технология планирования в спортивно-педагогическом процессе</i></p> <p>Занятие лекционного типа 5. Общие положения технологии планирования в спорте. Технология планирования, предмет планирования, документам перспективного планирования. Научно-методические предпосылки планирования подготовки спортсмена.</p> <p>Занятие лекционного типа 6. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Перспективные многолетние планы подготовки. Оперативное планирование в спорте. Текущее планирование в спорте. Перспективное планирование в спорте. Олимпийский цикл.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле. Планирование годичного цикла. Планирование годичной тренировки и определение ее количественных показателей.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8. Оперативное планирование. Виды и характеристика оперативного планирования. Документы оперативного планирования.</p> <p>СР. Составить перспективный план многолетней спортивной подготовки.</p>
5.	<p><i>Тема: Комплексный контроль и учет в спортивно-педагогическом процессе</i></p> <p>Занятие лекционного типа 7. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за соревновательными воздействиями. Контроль за результатами соревнований в циклах подготовки, измерение и оценка эффективности соревновательной деятельности.</p> <p>Занятие семинарского типа (семинар) 9. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Оценка состояния подготовленности спортсмена: оценку специальной физической подготовленности, оценку технико-тактической подготовленности, оценку психологического состояния и поведения на соревнованиях.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10. Контроль за факторами внешней среды. Факторы внешней среды: климат конкретной географической местности и степень адаптации к этим условиям (температура и влажность окружающей среды, интенсивность солнечной радиации, направление ветра, атмосферное давление).</p> <p>СР. Подготовить доклад на тему на тему «Организации оздоровительной и адаптационной деятельности для людей с ограниченными возможностями».</p>
6.	<p><i>Тема: Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований</i></p> <p>Занятие лекционного типа 8. Планирование учебно-тренировочных занятий. Методика развития двигательных качеств спортсменов на разных возрастных этапах. Основы технико-тактической подготовки. Формы и средства теоретической подготовки спортсменов. Анализ работы по организации тренировочной деятельности в избранном виде спорта.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11. Современное состояние и методологические аспекты спорта. Научно-методические перспективы развития Российского спорта. Спорт и спортивная культура.</p> <p>Занятие семинарского типа (семинар) 12. Профилактика травматизма в процессе спортивной деятельности. Виды травм, медицинское обслуживание соревнований, использование лекарственных средств для ускорения восстановления спортсменов и лечения и профилактики состояний.</p> <p>СР. Подготовка аналитического отчета о проведении спортивных соревнований.</p>



	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)13.</i> Представление аналитических отчетов о проведении спортивных соревнований. Написание отчета о проведенном соревновании по избранному виду спорта. Сводный протокол соревнований и его назначение.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)14.</i> Учет в процессе учебно-тренировочных занятий. Формы учета показателей учебно-тренировочных занятий . Назначение учета в процессе тренировки. Этапы учета учебно-тренировочных занятий.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)15.</i> Контроль за состоянием подготовленности спортсмена.Оценка показателей подготовки спортсмена. Оценка эффективности спортивной техники. Комплексный контроль в спортивной тренировке.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)16.</i> Проведение тренировочного занятия. Цель и задачи тренировочных занятий. План-конспект тренировочного занятия в избранном виде спорта.
	<i>СР.</i> Составить положение о проведении спортивного соревнования.

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

<i>Темы</i>	<i>Содержание</i>
	<i>Тема: Общие вопросы теории и методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»</i>
1.	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Спортивно-педагогическое совершенствование в системе высшего профессионального физкультурного образования. Интегративный характер и место спортивно-педагогического совершенствования в комплексе дисциплин предметной подготовки. Распределение часов по видам занятий. Общая годовая нагрузка и наполняемость учебных групп спортсменами различной спортивной квалификации. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя, тренера в физическом воспитании и спорте.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Спорт и спортивная подготовка как основа содержания спортивно-педагогического совершенствования. Основные направления в развитии спортивного движения.
	<i>СР.</i> Характеристика системы учебно-тренировочных занятий. Компоненты системы соревновательной подготовки. Характеристика структурно-функциональной схемы спортивно-педагогической подготовки. Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать спортивные достижения и тенденции их развития. Выполнение контрольной работы.
	<i>Тема: Основы учебно-тренировочных занятий</i>
2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Основы учебно-тренировочных занятий.Цели и задачи учебно-тренировочных занятий .Средства учебно-тренировочных занятий и их краткая характеристика. Принципы единства ОФП и СФП.
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Методы учебно-тренировочных занятий. Виды и классификация методов учебно-тренировочных занятий . Методические принципа учебно-тренировочных занятий .
	<i>СР.</i> Принципы учебно-тренировочных занятий. Принцип индивидуализации. Единство общей и специальной подготовки. Принцип вариативности тренировочной нагрузки. Подготовить доклад на тему «Основные стороны учебно-тренировочных занятий. Тренировочные и соревновательные нагрузки». Выполнение контрольной работы.
	<i>Тема: Основы построения процесса учебно-тренировочных занятий</i>
3	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Процесс подготовки спортсменов высокой квалификации. Структура тренировки. Характеристика методических положений построения многолетнего процесса тренировки и соревнований спортсмена.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Понятие «Микроцикл». Внешние признаки микроцикла. Виды микроциклов.Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Понятие «Мезоцикл». Внешние признаки мезоцикла. Виды мезоцикла.
	<i>СР.</i> Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Понятие «Макроцикл». Внешние признаки макроцикла. Виды макроциклов. Составить план спортивной подготовки (микроцикл, мезоцикл, макроцикл) на основе избранного вида спорта. Выполнение контрольной работы.
4.	<i>Тема: Технология планирования в спортивно-педагогическом процессе</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Общие положения технологии

	<p>планирования в спорте. Технология планирования, предмет планирования, документам перспективного планирования. Научно-методические предпосылки планирования подготовки спортсмена. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Перспективные многолетние планы подготовки. Оперативное планирование в спорте. Текущее планирование в спорте. Перспективное планирование в спорте. Олимпийский цикл.</p> <p><i>СР.</i> Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле. Планирование годичного цикла. Планирование годичной тренировки и определение ее количественных показателей. Оперативное планирование. Виды и характеристика оперативного планирования. Документы оперативного планирования. Составить перспективный план многолетней спортивной подготовки. Выполнение контрольной работы.</p>
5.	<p><i>Тема: Комплексный контроль и учет в спортивно-педагогическом процессе</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5.</i> Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за соревновательными воздействиями. Контроль за результатами соревнований в циклах подготовки, измерение и оценка эффективности соревновательной деятельности. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Оценка состояния подготовленности спортсмена: оценку специальной физической подготовленности, оценку технико-тактической подготовленности, оценку психологического состояния и поведения на соревнованиях.</p> <p><i>СР.</i> Контроль за факторами внешней среды. Факторы внешней среды: климат конкретной географической местности и степень адаптации к этим условиям (температура и влажность окружающей среды, интенсивность солнечной радиации, направление ветра, атмосферное давление). Подготовить доклад на тему «Организации оздоровительной и адаптационной деятельности для людей с ограниченными возможностями». Выполнение контрольной работы.</p>
6.	<p><i>Тема: Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований</i></p> <p><i>СР.</i> Планирование учебно-тренировочных занятий. Методика развития двигательных качеств спортсменов на разных возрастных этапах. Основы технико-тактической подготовки. Формы и средства теоретической подготовки спортсменов. Анализ работы по организации тренировочной деятельности в избранном виде спорта. Современное состояние и методологические аспекты спорта. Научно-методические перспективы развития Российского спорта. Спорт и спортивная культура. Профилактика травматизма в процессе спортивной деятельности. Виды травм, медицинское обслуживание соревнований, использование лекарственных средств для ускорения восстановления спортсменов и лечения и профилактики состояний. Представление аналитических отчетов о проведении спортивных соревнований. Написание отчета о проведенном соревновании по избранному виду спорта. Сводный протокол соревнований и его назначение. Учет в процессе учебно-тренировочных занятий. Формы учета показателей учебно-тренировочных занятий. Назначение учета в процессе тренировки. Этапы учета учебно-тренировочных занятий. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Оценка показателей подготовки спортсмена. Оценка эффективности спортивной техники. Комплексный контроль в спортивной тренировке. Проведение тренировочного занятия. Цель и задачи тренировочных занятий. План-конспект тренировочного занятия в избранном виде спорта. Составить положение о проведении спортивного соревнования. Выполнение контрольной работы.</p>

## 6. Промежуточная аттестация по дисциплине

### 6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (очная форма обучения)

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– зачёт с оценкой в 8 семестре.

Критерии выставления зачета с оценкой соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГАФКиС».

*Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине, заканчивающейся промежуточной аттестацией*

<i>Виды учебной деятельности</i>	<i>Процентное соотношение видов учебной деятельности</i>	<i>Сумма абс. баллов</i>
Посещаемость	10 %	10
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР и пр.)	60 %	60
Промежуточная аттестация	30 %	30
<i>Итого</i>	<i>100%</i>	<i>100</i>

*Рейтинговая система дисциплины*

<i>Разделы, темы дисциплины</i>	<i>Рейтинговые баллы</i>		
	<i>Посещение занятий</i>	<i>Текущий контроль</i>	<i>Промежуточная аттестация</i>
1. Общие вопросы теории и методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»		10	30
2. Основы учебно-тренировочных занятий		10	
3. Основы построения процесса учебно-тренировочных занятий		10	
4. Технология планирования в спортивно-педагогическом процессе	10	10	
5. Комплексный контроль и учет в спортивно-педагогическом процессе		10	
6. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований		10	
<b>ИТОГО</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>30</b>
		<b>100</b>	

Перевод рейтинговых баллов, набранных обучающимся, осуществляется согласно представленной ниже таблице.

*Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку*

*Таблица 5*

<i>Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость</i>	<i>Сумма баллов за промежуточную аттестацию</i>	<i>Сумма условных баллов (процентов)</i>	<i>Зачет / незачет</i>	<i>Числовой эквивалент</i>	<i>Оценка</i>	<i>Буквенное обозначение (Оценка ECTS)</i>
68-70	29-30	97-100	Зачет	5	Отлично	A
66-67	27-28	93-96		5	Очень хорошо	B
56-65	21-26	77-92		4	Хорошо	C
45-55	18-20	63-76		3	Удовлетворительно	D
35-44	15-17	50-62		3	Посредственно	E
20-34	12-14	31-49	Незачет	2	Неудовлетворительн	Fx
0-19	0-11	0-30		2	о	F

### **6.2 Промежуточная аттестация по дисциплине (заочная форма обучения)**

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

- *зачёт с оценкой в 9 семестре.*

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с учетом результатов текущего контроля.

Задолженности по текущему контролю должны быть ликвидированы.

Формы ликвидации задолженностей:

- устная (беседа с преподавателем во время индивидуальных консультаций),
- письменная.

Оценочные материалы и критерии оценивания указаны в фондах оценочных средств и методических материалах дисциплины.



## 7 Перечень основной и дополнительной литературы

### Основная литература

1. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник М.: Академия, 2014.- 480 с.

### Дополнительная литература

1. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ Карась Т.Ю.— Электрон.текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012.— 131 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259>.— ЭБС «IPRbooks»;
2. Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кокоулина О.П.— Электрон.текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2011.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11049>.— ЭБС «IPRbooks»;
3. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор: теория и практика [Электронный ресурс]: монография/ Сергиенко Л.П.— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 1048 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40812>.— ЭБС «IPRbooks».

### Нормативные документы

4. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ— URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2019).

## 8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 8.1 Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п.п.	Наименование программного продукта
<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

### 8.2 Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks – контракт №6900/20 от 06.07.2020г. по 24.09.2021г., лицензия продлевается ежегодно.

### 8.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». Помимо прочего содержит систематизированные материалы по физической культуре и спорту. [Электронный ресурс]. URL: [http:// window.edu.ru/](http://window.edu.ru/).
- Портал открытых данных РФ. Помимо прочего содержит систематизированные материалы по физической культуре и спорту. [Электронный ресурс]. URL: [https:// data.gov.ru/](https://data.gov.ru/)
- Сайт «eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.elibrary.ru/>.
- Научно-образовательный портал «ФизкультУРА»: – URL: <http://www.fizkult-ura.ru/>
- Сайт «Федеральные государственные образовательные стандарты» [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <https://fgos.ru>.
- Сайт журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>.
- Центральная отраслевая библиотека ФКиС [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>.

### 8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

### 8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

## 9 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 № 311 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор
аудитория № 312 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 321 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии

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.