

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.11.2023 09:23:20  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.э.н., доцент Пиунова М.А.

«19» апреля 2019 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>2019</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>зачёт с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы Херувимова 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

«26» марта 2019 г., протокол № 12.

Заведующий кафедрой ТиМФКСиБЖД к.п.н., доцент Кугушева Т.В.

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

«17» апреля 2019 г., протокол № 9.

Секретарь учебно-методического совета к.б.н., доцент Синяк Е.Д.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГИФК», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chgafkis.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
<b>Профессиональные</b>		
<b>ПК-4</b> Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы	<b>ПК-4.1. Знает</b> требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ. <b>ПК-4.2. Умеет</b> 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. Владеет</b> 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	<b>ПК-5.1. Знает</b> формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся с	<b>Знает:</b> - формы, методы, средства и приемы организации

<p>педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся</p>	<p>учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.  <b>ПК-5.2. Умеет</b> применять педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.  <b>ПК-5.3. Владеет</b> методами и приемами организации различных видов деятельности обучающихся, используя средства педагогической поддержки обучающихся.</p>	<p>тренировочных занятий обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.  <b>Умеет:</b>  - применять педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации тренировочных занятий для обучающихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей.  <b>Владеет:</b>  - методами и приемами организации различных видов тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся.</p>
<p>ПК-6  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.  <b>ПК-6.2. Умеет</b> анализировать эффективность учебных занятий и подходов к обучению.  <b>ПК-6.3. Владеет</b> методами контроля и технологиями оценки процесса и результатов освоения образовательной программы.</p>	<p><b>Знает:</b>  - формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения дополнительной образовательной программы по видам спорта.  <b>Умеет:</b>  - анализировать эффективность тренировочных занятий.  <b>Владеет:</b>  - методами контроля и технологиями оценки процесса и результатов тренировочных занятий с обучающимися.</p>
<p>- 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» / ОТФ:  А. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования  В. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ  - 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:  А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам  С. Организационно-педагогическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ</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, Теория и методика физического воспитания обучающихся, Введение в профессиональную, 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, Теория и методика физического воспитания обучающихся, Педагогические технологии в физкультурном образовании, 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, Учебная практика: ознакомительная(предметы общего и среднего образования).

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Организация тренировочных занятий», будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: Производственная практика: педагогическая.

#### 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 – зачёт с оценкой	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	108	108
	<i>в зачетных единицах</i>	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 – зачёт с оценкой	4	4
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	108	108
	<i>в зачетных единицах</i>	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	ПК-5.1,	2	4	6	6	12	УО-1,3	ТТ

	методики дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование»	ПК-6.1						ПР-1 ИС-2	ННТ
2	Основы спортивной тренировки	ПК-5.1, ПК-5.2	2	4	6	6	12	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
3	Основы построения процесса спортивной подготовки	ПК-5.1, ПК-5.2	4	4	8	8	16	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
4	Технология планирования в спорте	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 подготовке спортсмена	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 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 спортивной тренировки	ПК-5.1, ПК-5.2	2	2	4	15	19	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
3	Основы построения процесса спортивной подготовки	ПК-5.1, ПК-5.2	2	2	4	15	19	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
4	Технология планирования в спорте	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 подготовке спортсмена	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 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
ТТ – традиционные технологии: • занятия лекционного типа;	Устный опрос (УО): • УО-1 – собеседование;

<ul style="list-style-type: none"> <li>• занятия семинарского типа.</li> </ul> <p>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• разбор конкретных ситуаций;</li> <li>• работа в малых группах.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• УО-3 – зачёт с оценкой.</li> </ul> <p><i>Письменные работы (ПР):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ПР-1 – тест, письменный ответ;</li> <li>• ПР-2 – контрольная работа.</li> </ul> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ИС-2 – балльно-рейтинговая система.</li> </ul>
---	--

### 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

Темы	Содержание
	<i>Тема: Общая характеристика спорта</i>
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 тренировочно-соревновательной подготовки. Компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки. Характеристика структурно-функциональной схемы тренировочно - соревновательной подготовки.</p> <p><i>СР.</i> Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать спортивные достижения и тенденции их развития.</p>
	<i>Тема: Основы спортивной тренировки</i>
2.	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки и их краткая характеристика. Принципы единства ОФП и СФП.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 3.</i> Методы спортивной тренировки. Виды и классификация методов спортивной тренировки. Методические принципы спортивной тренировки.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Принципы спортивной тренировки. Принцип индивидуализации. Единство общей и специальной подготовки. Принцип вариативности тренировочной нагрузки.</p> <p><i>СР.</i> Подготовить доклад на тему «Основные стороны спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки».</p>
	<i>Тема: Основы построения процесса спортивной подготовки</i>
3.	<p><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.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Понятие «Микроцикл». Внешние признаки микроцикла. Виды микроциклов.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Понятие «Мезоцикл». Внешние признаки мезоцикла. Виды мезоцикла.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Построение тренировки в больших циклах (макроциклах). Понятие «Макроцикл». Внешние признаки макроцикла. Виды макроциклов.</p> <p><i>СР.</i> Составить план спортивной подготовки (микроцикл, мезоцикл, макроцикл) на основе избранного вида спорта.</p>
	<i>Тема: Технология планирования в спорте</i>
4.	<p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Общие положения технологии планирования в спорте. Технология планирования, предмет планирования, документам перспективного планирования. Научно-методические предпосылки планирования подготовки спортсмена.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> 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>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Планирование тренировочно-</p>

	<p>соревновательного процесса в годичном цикле. Планирование годичного цикла. Планирование годичной тренировки и определение ее количественных показателей.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Оперативное планирование. Виды и характеристика оперативного планирования. Документы оперативного планирования.</p> <p><i>СР.</i> Составить перспективный план многолетней спортивной подготовки.</p>
5.	<p><i>Тема: Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> 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><i>Занятие семинарского типа (семинар) 9.</i> 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>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</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).</p> <p><i>СР.</i> Подготовить доклад на тему «Организации оздоровительной и адаптационной деятельности для людей с ограниченными возможностями».</p>
6.	<p><i>Тема: Организация и проведение тренировочных занятий и соревнований</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</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.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11.</i> Современное состояние и методологические аспекты спорта. Научно-методические перспективы развития Российского спорта. Спорт и спортивная культура.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 12.</i> 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><i>СР.</i> Подготовка аналитического отчета о проведении спортивных соревнований.</p> <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.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 14.</i> Учет в процессе спортивной тренировки. Формы учета показателей спортивной тренировки. Назначение учета в процессе тренировки. Этапы учета спортивной тренировки.</p> <p><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.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 16.</i> Проведение тренировочного занятия. Цель и задачи тренировочных занятий. План-конспект тренировочного занятия в избранном виде спорта.</p> <p><i>СР.</i> Составить положение о проведении спортивного соревнования.</p>

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

Темы	Содержание
1.	<p><i>Тема: Общая характеристика спорта</i></p> <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>СР.</i> Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки. Характеристика структурно-функциональной схемы тренировочно - соревновательной подготовки. Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать спортивные достижения и тенденции их развития. Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><i>Тема: Основы спортивной тренировки</i></p>
2	<p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки и их краткая характеристика. Принципы единства ОФП и СФП.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Методы спортивной тренировки. Виды и классификация методов спортивной тренировки. Методические принципы спортивной тренировки.</p> <p><i>СР.</i> Принципы спортивной тренировки. Принцип индивидуализации. Единство общей и специальной подготовки. Принцип вариативности тренировочной нагрузки. Подготовить доклад на тему «Основные стороны спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки». Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><i>Тема: Основы построения процесса спортивной подготовки</i></p>
3	<p><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.</p> <p><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.</p> <p><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.</p>
	<p><i>Тема: Технология планирования в спорте</i></p>
4	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Общие положения технологии 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>
	<p><i>Тема: Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена</i></p>
5	<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 на тему «Организации оздоровительной и адаптационной деятельности для людей с ограниченными возможностями». Выполнение контрольной работы.</p>
6.	<p><i>Тема: Организация и проведение тренировочных занятий и соревнований</i></p>

*СР.* 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 спортивной тренировки. Формы учета показателей спортивной тренировки. Назначение учета в процессе тренировки. Этапы учета спортивной тренировки. 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.

## 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 зачёта с оценкой соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГИФК».

*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	10	30
2. Основы спортивной тренировки		10	
3. Основы построения процесса спортивной подготовки		10	
4. Технология планирования в спорте		10	
5. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена		10	
6. Организация и проведение тренировочных занятий и соревнований		10	
<i>ИТОГО</i>	<i>10</i>	<i>60</i>	<i>30</i>
		<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	Рег. номер лицензии	Срок действия лицензии	Назначение программного продукта
1	Операционная система WindowsXPProfessional	43037028, 62510214, 47472528	Бессрочно	Операционная система
2	Операционная система Windows 7 Professional	62041969, 61014493, 62510214, 61014493,	Бессрочно	Операционная система
3	Операционная система WindowsXPProfessional	46300350 ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
4	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard	48382521, 62041969, 61543164, 61014493	Бессрочно	Пакет офисных программ
5	Пакет офисных программ Microsoft office 2010 Standard	62686821, 61014493, 64069177, 61554815, 62510214, 61543164	Бессрочно	Пакет офисных программ
6	7-zip	GNU LGPL	Бессрочно	Архиватор
7	STDUViewer	Соглашение о некоммерческом использовании программного продукта STDUViewer между ООО «Торинж» и ФГБОУ ВО «ЧГИФК»	Бессрочно	Просмотр PDF-документов
8	Chrome	ССА 2.5	Бессрочно	Интернет обозреватель
9	FireFox	Mozilla Public license 2.0	Бессрочно	Интернет обозреватель
10	Операционная система Windows 7 Basic	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
11	Операционная система Windows 8 для одного языка	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
12	Операционная система WindowsXP Home Basic	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
13	Яндекс Браузер	GPL	Бессрочно	Интернет обозреватель

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

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГИФК) – 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 №3214/19 от 05.07.2019, 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>Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</i>	<i>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</i>	<i>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</i>
<p>аудитория № 311 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>24 посадочных места Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия №62041969</p>
<p>аудитория № 312 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>22 посадочных места Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия №62041969</p>
<p>аудитория № 249 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>30 посадочных мест Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows № лицензии 61014493, пакет офисных программ лицензия № 62510214</p>
<p>аудитория № 316 для проведения индивидуальных консультаций</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>8 посадочных мест Демонстрационное оборудование: компьютеры (2шт.), принтер</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, № 43037028, пакет офисных программ лицензия № 62041969, 62510214</p>
<p>аудитория № 109 библиотека, помещение для</p>	<p>48 посадочных мест Демонстрационное</p>	<p>Автоматизированная информационно-библиотечная система «МАРК-SQL»</p>

<p>самостоятельной работы г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>оборудование: компьютер LenovoS40-40 (14 шт.), компьютер InstarModern (2 шт.), компьютер AguariusProP30 (1 шт.), копировальный аппарат WorkCentre – 1 шт., сканер CanonCanoScanLIDE210 (1 шт.), читающая машина SagaCE (1 шт.), принтер Брайля EmBrailleViewPlus (1шт.), тактильный дисплей Брайля Focus 14 Blue (1шт.)</p>	<p>(marc21). Автоматизированная Информационная система «МАРК-SQL» - Internet Лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности № 045/2012-М от 26 апреля 2012г. Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, № 69138821, пакет офисных программ лицензия № 62041969</p>
<p>аудитория № 204 аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) и самостоятельной работы г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>Демонстрационное оборудование: компьютеры (3 шт.)</p>	<p>Операционная система семейства Windows № лицензии 62041969, пакет офисных программ лицензия № 62686821</p>

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.