

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 03.11.2023 15:50:49
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

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

«30» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Профессионально-педагогическая деятельность (Б1.В.ДВ.06.02)

| | |
|--|--|
| Направление подготовки | <i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i> |
| Квалификация выпускника | <i>бакалавр</i> |
| Год начала подготовки (по учебному плану) | <i>2022</i> |
| Форма обучения, семестр | <i>очная: 7, 8 семестр заочная: 7, 8, 9 семестр</i> |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану | <i>зачетных единиц: 6 часов: 216</i> |
| Промежуточная аттестация | <i>зачёт, экзамен</i> |

Разработчик рабочей программы:

Мельников Д.А., к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТМиОТ
Протокол от «19» апреля 2022 г.
№ 13

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

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование основных составляющих профессионально-педагогической деятельности в спортивном туризме, а также формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП, направленных на изучение теории, методики и практики, необходимых для осуществления тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью занимающихся на этапах спортивной подготовки.

1.2 Задачи дисциплины

- приобретение знаний и навыков в организации и проведении тренировочных мероприятий в процессе многолетней подготовки,
- освоение профессиональных знаний и умений тренера-преподавателя по спортивному туризму,
- формирование навыков тренерской деятельности с занимающимися на различных этапах спортивной подготовки.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Профессионально-педагогическая деятельность» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

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-педагогическая деятельность» направлен на формирование следующей компетенции в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

| Формируемая компетенция | Индикаторы достижения компетенции |
|--|--|
| ПК-4 Способен формировать систему движений занимающихся спортивным туризмом, на основе специальных упражнений. | ПК-4.1 Знает правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации. ПК-4.2 Умеет демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время тренировок. ПК-4.3 Имеет опыт проведения тренировок на основе комплекса упражнений по повышению уровня специальной физической подготовленности занимающихся, развития выносливости, скоростно-силовых возможностей и специальной работоспособности. |
| 05.003 «Тренинг» / ОТФ: С. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе по виду спорта | |

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | | | |
|-----|---|------------------------------|--------|--------|-----|
| | | 7 сем | 8 сем. | Всего | |
| 1 | Контактная работа | 48 | 48 | 96 | |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 16 | 16 | 32 | |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 32/0 | 32/0 | 64/0 | |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации | 60/0 | 60/27 | 120/27 | |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет | + | - | + | |
| | экзамен | - | + | + | |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | <i>в академических часах</i> | 108 | 108 | 216 |
| | | <i>в зачетных единицах</i> | 3 | 3 | 6 |

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

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | | | |
|-----|--|----------------------|--------|--------|--------|
| | | 7 сем. | 8 сем. | 9 сем. | Всего |
| 1 | Контактная работа | 4 | 10 | 12 | 26 |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 4 | 2 | 4 | 10 |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) | 0/0 | 8/0 | 8/0 | 16/0 |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации | 50/0 | 44/4 | 96/9 | 190/13 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачёт | - | + | - | + |
| | экзамен | - | - | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | | | | |
| | <i>в академических часах</i> | 54 | 54 | 108 | 216 |
| | <i>в зачетных единицах</i> | 1,5 | 1,5 | 3 | 6 |

4 Фонд оценочных средств

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

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

| № темы | Темы дисциплины | Виды учебной работы и трудоемкость, в часах | | | | Трудоемкость, в часах |
|---------------------------|--|---|--|----------|------------------------|-----------------------|
| | | Контактная работа | | | Самостоятельная работа | |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа. | | | |
| | | всего | в т.ч. в форме практической подготовки | | | |
| 7 семестр | | | | | | |
| 1 | Цель, задачи и объекты педагогической деятельности. | 2 | 6 | 0 | 12 | 20 |
| 2 | Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта. | 4 | 6 | 0 | 12 | 22 |
| 3 | Содержание инструкции по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя в избранном виде спорта | 4 | 6 | 0 | 12 | 22 |
| 4 | Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки. | 4 | 8 | 0 | 12 | 24 |
| 5 | Методики спортивного отбора. | 2 | 6 | 0 | 12 | 20 |
| Итого за 7 семестр | | 16 | 32 | 0 | 60 | 108 |
| 8 семестр | | | | | | |
| 6 | Организационно-методические особенности занятий на этапе начальной подготовки. | 2 | 6 | 0 | 10 | 18 |
| 7 | Организационно-методические особенности занятий на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации). | 2 | 6 | 0 | 10 | 18 |
| 8 | Организационно-методические особенности занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства. | 2 | 6 | 0 | 10 | 18 |
| 9 | Организационно-методические особенности занятий на этапе высшего спортивного мастерства. | 2 | 6 | 0 | 10 | 18 |
| 10 | Тренировочные сборы в системе спортивной подготовки. | 4 | 4 | 0 | 10 | 18 |
| 11 | Обеспечение тренировочной работы в период сборов. | 4 | 4 | 0 | 10 | 18 |
| Итого за 8 семестр | | 16 | 32 | 0 | 60 | 108 |
| Итого: | | 32 | 64 | 0 | 120 | 216 |

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 | | | |
| 7 семестр | | | | | | |
| 1 | Цель, задачи и объекты педагогической деятельности. | 2 | 0 | 0 | 14 | 16 |
| 2 | Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта. | 0 | 0 | 0 | 18 | 18 |
| 3 | Содержание инструкции по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя в избранном виде спорта | 2 | 0 | 0 | 18 | 20 |
| Итого за 7 семестр | | 4 | 0 | 0 | 50 | 54 |
| 8 семестр | | | | | | |
| 4 | Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки. | 0 | 4 | 0 | 20 | 24 |
| 5 | Методики спортивного отбора. | 0 | 4 | 0 | 26 | 30 |
| Итого за 8 семестр | | 0 | 8 | 0 | 46 | 54 |
| 9 семестр | | | | | | |
| 6 | Организационно-методические особенности занятий на этапе начальной подготовки. | 2 | 0 | 0 | 16 | 18 |
| 7 | Организационно-методические особенности занятий на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации). | 0 | 2 | 0 | 16 | 16 |
| 8 | Организационно-методические особенности занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства. | 0 | 2 | 0 | 16 | 18 |
| 9 | Организационно-методические особенности занятий на этапе высшего спортивного мастерства. | 0 | 2 | 0 | 16 | 18 |
| 10 | Тренировочные сборы в системе спортивной подготовки. | 2 | 2 | 0 | 18 | 22 |
| 11 | Обеспечение тренировочной работы в период сборов. | 0 | 0 | 0 | 14 | 14 |
| Итого за 9 семестр | | 4 | 8 | 0 | 96 | 108 |
| Итого: | | 8 | 16 | 0 | 192 | 216 |

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)

| Содержание | |
|------------|--|
| № темы | 7 семестр |
| 1 | <i>Тема Цель, задачи и объекты педагогической деятельности.</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 1.</i> Обучение профессии и профессиональное развитие обучаемых, как основная цель педагогической деятельности. Объекты педагогической деятельности: воспитательная среда; воспитательный коллектив; деятельность воспитанников; их индивидуальные особенности. Социально-педагогические задачи: формирование воспитательной среды; организация деятельности воспитанников; создание воспитательного коллектива; развитие индивидуальных качеств личности. |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1,2,3.</i> Содержание и виды профессионально-педагогической деятельности. Организаторская деятельность тренера. Функции профессионально-педагогической деятельности. Целевые функции: обучающие, воспитывающие, развивающие, мотивирующие. Операционные функции: конструкторские, организаторские, коммуникативные, диагностические и производственно-технологические. |

| | |
|---|---|
| | <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад с презентацией «Содержание профессионально-педагогической деятельности» 1. Инструктор физической культуры в ДООУ; 2. Учитель физической культуры; 3. Тренер-преподаватель по виду спорта.</p> |
| 2 | <p><i>Тема Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Психологические особенности тренерской деятельности. Функции тренера-преподавателя: экспертно-консультативные, проектировочные, хозяйственно-организаторские (административные), воспитательные и образовательные.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Профессиональные знания и умения тренера-преподавателя в избранном виде спорта.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4,5,6.</i> Аттестация тренера и тренера-преподавателя. Формы проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность в сфере образования и физической культуры, и спорта. Педагогическое портфолио и его структура. Сравнение требований к процедуре аттестации тренера-преподавателя и тренера.</p> <p>Должностные обязанности тренера-преподавателя, в соответствии с локальным актом образовательного учреждения в сфере образования и спорта. Показатели успешности педагогической деятельности тренеров, работающих со спортсменами разного возраста и квалификации.</p> <p>Мониторинг результативности» спортсменов и тренера-преподавателя.</p> |
| | <p><i>Самостоятельная работа.</i> Законспектировать отличительные особенности условия деятельности тренера ДЮСШ, учителя физкультуры в школе и преподавателя физического воспитания в ПТУ, колледже и ВУЗе.</p> |
| | <p><i>Тема Содержание инструкции по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя в избранном виде спорта</i></p> |
| | <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний в избранном виде спорта. Основные гигиенические факторы и их значение при занятиях спортом. Гигиеническое обеспечение занятий спортом.</p> |
| | <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Требования санитарного минимума по стандарту в избранном виде спорта и условия выполнения. Особенности выполнения требований при круглогодичном образовательном процессе.</p> |
| 3 | <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7,8,9.</i> Инструктажи по охране труда на рабочем месте тренера-преподавателя по избранному виду спорта. Виды инструктажей. Использование внеплановых инструктажей.</p> <p>Требования личной гигиены при занятиях спортом. Гигиенические требования к спортивным сооружениям разных типов. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок. Адекватное (рациональное) питание при занятиях спортом.</p> <p>Техника безопасности на занятиях избранным видом спорта. Профилактика травматизма. Условия проведения учебных занятий в избранного вида спорта Требования к одежде инвентарю и обуви спортсмена. Рекомендуемый комплект одежды для занятий</p> |
| | <p><i>Самостоятельная работа.</i> Законспектировать последовательное прохождение инструктажей (виды инструктажей) при выезде на соревнования в другой город. Перечислить условия применения «внепланового инструктажа».</p> |
| | <p><i>Тема Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки.</i></p> |
| | <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Спортивный отбор детей для занятий спортом. Сущность спортивного отбора. Задачи спортивного отбора. Понятия «спортивный отбор» и «спортивная ориентация»; их взаимосвязь.</p> |
| 4 | <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Вводные контрольные упражнения, тесты и контрольно-переводные нормативы при отборе в спортивные секции по избранным видам спорта.</p> |
| | <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 10,11,12,13.</i></p> <p>Определение подготовленности студентов своей группы и студентов кафедры на занятиях по физкультурно-спортивному совершенствованию по контрольно-переводным нормативам в соответствии с их возрастом.</p> |
| | <p>Антропометрические и морфофункциональные характеристики, потенциально необходимые для занятий избранным видом спорта и достижения высоких результатов в будущем. Понятие «модельные характеристики». Функциональные показатели подготовленности, модельные значения. Определение функционального состояния. Отличие модельных функциональных значений мужчин и женщин. Оценка функционального состояния в лабораторных условиях.</p> |
| | <p>Антропометрические и морфофункциональные характеристики при узконаправленной работе к дисциплинам в избранном виде спорта.</p> <p>Определение функционального состояния вне лабораторных условий по тестам: «степ-тест», «PWC 170», «12-минутный тест Купера». Оценка и сравнение с нормативами функциональных тестов.</p> |
| | <p>Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки. Одарённость и</p> |

| | |
|-----------|---|
| | <p>наследственность - составляющие отбора.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Сравнить контрольные нормативы спортсменов по типовым программам и федеральному стандарту спортивной подготовки с выполнением квалификационных разрядных нормативов.</p> |
| 5 | <p><i>Тема Методики спортивного отбора.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Методика научного отбора детей в спортивные группы. Уровни спортивного отбора. Методы исследования детей при спортивном отборе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 14,15,16</i></p> <p>Основные факторы учета и контроля при спортивном отборе: Состояние здоровья; физическое развитие и особенности телосложения; физическая подготовленность; психофизиологические особенности; личностные, поведенческие особенности; техническая подготовленность.</p> <p>Спортивные династии в российском спорте.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить презентацию автобиографию спортивных династий в российском спорте. Подготовка к зачёту</p> |
| 8 семестр | |
| 6 | <p><i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе начальной подготовки.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности тренировки начинающих спортсменов в группах предварительной подготовки. Задачи и преимущественная направленность тренировки в спортивно-оздоровительных группах, и группах начальной подготовки в избранном виде спорта.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1,2,3.</i> Учебно-тематическое планирование в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Овладение методикой показа, рассказа, объяснения. Овладение методами и методическими приемами. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами предварительной подготовки в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия.</p> <p>Сенситивные периоды развития физических качеств необходимых спортсмену на этапе предварительной подготовки. Средства и методы их развития.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать подготовительную часть учебно-тренировочного занятия для юных спортсменов на начальном этапе подготовки в подготовительном периоде. Подготовка к экзамену.</p> |
| 7 | <p><i>Тема Организационно-методические особенности занятий на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Особенности тренировки на тренировочном этапе. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе спортивной специализации. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп спортивной подготовки. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4,5,6.</i> Учебно-тематическое планирование на тренировочном этапе подготовки на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами этапа спортивной специализации в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Ознакомиться и законспектировать: Особенности спортивной подготовки женщин. Построение тренировочного микроцикла с учётом овариально-менструального цикла (ОМЦ). Подготовка к экзамену.</p> |
| 8 | <p><i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Особенности тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп совершенствования спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7,8,9.</i> Учебно-тематическое планирование на этапе совершенствования спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности. Модельные характеристики физиологических показателей спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Сенситивные периоды развития физических качеств необходимых спортсмену на этапе совершенствования спортивного мастерства. Средства и методы их развития.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами</p> |

| | |
|----|--|
| | этапа спортивного совершенствования в подготовительный, соревновательный и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия. |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Составить план учебно-тренировочных занятий группы СС на 1 соревновательный микроцикл и 1 план-конспект тренировочного занятия, в соответствии со сроком разработанного микроцикла. Подготовка к экзамену. |
| 9 | <i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе высшего спортивного мастерства.</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 4.</i> Особенности тренировки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе высшего спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп на этапе высшего спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки. |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 10,11,12.</i> Учебно-тематическое планирование на этапе высшего спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Требования к уровню подготовленности. Возрастные границы зон спортивных достижений. Модельные характеристики физиологических показателей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) Общие подготовительные и специально подготовительные и соревновательные упражнения. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами высшего спортивного мастерства в подготовительный, соревновательный и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия. |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Разработать комплекс упражнений на развитие: силовых способностей, скоростных способностей, общей и специальной выносливости (скоростной, силовой, координационно-двигательной), гибкости, двигательно-координационных способностей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Подготовка к экзамену. |
| 10 | <i>Тема Тренировочные сборы в системе спортивной подготовки.</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 5.</i> Планирование тренировочных сборов. Круглогодичная спортивная подготовка и её периодизация, классификация тренировочных сборов. Организация и проведение тренировочной работы в период сборов. |
| | <i>Занятие лекционного типа 6.</i> Цель, задачи и средства тренировочных занятий во время учебно-тренировочных сборов. Виды сборов. Использование оздоровительных сил природы, как средства укрепления здоровья. |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13,14.</i> Основной пакет документов при организации учебно-тренировочных сборов. Требования к месту организации учебно-тренировочных сборов с дневным и круглосуточным пребыванием. <i>Самостоятельная работа.</i> Изучить и законспектировать основные пункты правила перевозки детей в автобусах на территории РФ. Подготовка к экзамену |
| 11 | <i>Тема Обеспечение тренировочной работы в период сборов.</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 7,8</i> Медицинское и санитарно-гигиеническое обеспечение тренировочных сборов: организация рационального питания и витаминизации; организация сна и отдыха. |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15,16.</i> Технология расчёта суточной стоимости питания одного спортсмена. Основные требования к организации питания. Распределение суточной калорийности питания во время сборов. Питьевой режим при разных климатических условиях и тренировочных нагрузках. Питание и витаминизация в условиях среднегорья. Средства восстановления. |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Разработать меню на неделю учебно-тренировочных сборов, в соответствии с возрастом и тренировочной нагрузкой. Подготовка к экзамену |

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

| Содержание | |
|------------|---|
| № темы | 7 семестр |
| 1 | <i>Тема Цель, задачи и объекты педагогической деятельности.</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 1.</i> Обучение профессии и профессиональное развитие обучаемых, как основная цель педагогической деятельности. Объекты педагогической деятельности: воспитательная среда; воспитательный коллектив; деятельность воспитанников; их индивидуальные особенности. |

| | |
|-----------|--|
| | <p>Социально-педагогические задачи: формирование воспитательной среды; организация деятельности воспитанников; создание воспитательного коллектива; развитие индивидуальных качеств личности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Содержание и виды профессионально-педагогической деятельности. Организаторская деятельность тренера.</p> <p>Функции профессионально-педагогической деятельности. Целевые функции: обучающие, воспитывающие, развивающие, мотивирующие. Операционные функции: конструкторские, организаторские, коммуникативные, диагностические и производственно-технологические.</p> <p>Подготовить доклад с презентацией «Содержание профессионально-педагогической деятельности» 1. Инструктор физической культуры в ДОУ; 2. Учитель физической культуры; 3. Тренер-преподаватель по виду спорта.</p> |
| 2 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Психологические особенности тренерской деятельности. Функции тренера-преподавателя: экспертно-консультативные, проектировочные, хозяйственно-организаторские (административные), воспитательные и образовательные.</p> <p>Профессиональные знания и умения тренера-преподавателя в избранном виде спорта.</p> <p>Аттестация тренера и тренера-преподавателя. Формы проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность в сфере образования и физической культуры, и спорта. Педагогическое портфолио и его структура. Сравнение требований к процедуре аттестации тренера-преподавателя и тренера.</p> <p>Должностные обязанности тренера-преподавателя, в соответствии с локальным актом образовательного учреждения в сфере образования и спорта. Показатели успешности педагогической деятельности тренеров, работающих со спортсменами разного возраста и квалификации.</p> <p>Мониторинг результативности» спортсменов и тренера-преподавателя.</p> <p>Законспектировать отличительные особенности условия деятельности тренера ДЮСШ, учителя физкультуры в школе и преподавателя физического воспитания в ПТУ, колледже и ВУЗе.</p> |
| 3 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Содержание инструкции по охране труда и технике безопасности тренера-преподавателя в избранном виде спорта</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Биологические факторы внешней среды и профилактика заболеваний в избранном виде спорта. Основные гигиенические факторы и их значение при занятиях спортом. Гигиеническое обеспечение занятий спортом.</p> <p>Требования санитарного минимума по стандарту в избранном виде спорта и условия выполнения. Особенности выполнения требований при круглогодичном образовательном процессе.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Инструктажи по охране труда на рабочем месте тренера-преподавателя по избранному виду спорта. Виды инструктажей. Использование внеплановых инструктажей.</p> <p>Требования личной гигиены при занятиях спортом. Гигиенические требования к спортивным сооружениям разных типов. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок. Адекватное (рациональное) питание при занятиях спортом.</p> <p>Техника безопасности на занятиях избранным видом спорта. Профилактика травматизма. Условия проведения учебных занятий в избранного вида спорта Требования к одежде инвентарю и обуви спортсмена. Рекомендуемый комплект одежды для занятий</p> <p>Законспектировать последовательное прохождение инструктажей (виды инструктажей) при выезде на соревнования в другой город. Перечислить условия применения «внепланового инструктажа».</p> |
| 8 семестр | |
| 4 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 1.</i> Спортивный отбор детей для занятий спортом. Сущность спортивного отбора. Задачи спортивного отбора. Понятия «спортивный отбор» и «спортивная ориентация»; их взаимосвязь.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 2.</i> Вводные контрольные упражнения, тесты и контрольно-переводные нормативы при отборе в спортивные секции по избранным видам спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Определение подготовленности студентов своей группы и студентов кафедры на занятиях по физкультурно-спортивному совершенствованию по контрольно-переводным нормативам в соответствии с их возрастом.</p> <p>Антропометрические и морфофункциональные характеристики, потенциально необходимые для занятий избранным видом спорта и достижения высоких результатов в будущем. Понятие «модельные характеристики». Функциональные показатели подготовленности, модельные значения. Определение функционального состояния. Отличие модельных функциональных значений мужчин и женщин. Оценка функционального состояния в лабораторных условиях.</p> <p>Антропометрические и морфофункциональные характеристики при узконаправленной работе к дисциплинам в избранном виде спорта.</p> <p>Определение функционального состояния вне лабораторных условий по тестам: «степ-тест», «PWC 170», «12-минутный тест Купера». Оценка и сравнение с нормативами функциональных тестов.</p> <p>Спортивный отбор и его этапы в процессе многолетней подготовки. Одарённость и наследственность - составляющие отбора.</p> |

| | |
|-----------|--|
| | Сравнить контрольные нормативы спортсменов по типовым программам и федеральному стандарту спортивной подготовки с выполнением квалификационных разрядных нормативов. |
| | <i>Тема Методики спортивного отбора.</i> |
| 5 | <p><i>Занятие семинарского типа (практические занятия) 3.</i> Методика научного отбора детей в спортивные группы. Уровни спортивного отбора. Методы исследования детей при спортивном отборе.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4.</i> Основные факторы учета и контроля при спортивном отборе: Состояние здоровья; физическое развитие и особенности телосложения; физическая подготовленность; психофизиологические особенности; личностные, поведенческие особенности; техническая подготовленность.</p> <p>Спортивные династии в российском спорте.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить презентацию автобиографию спортивных династий в российском спорте. Подготовка к зачёту</p> |
| 9 семестр | |
| | <i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе начальной подготовки.</i> |
| 6 | <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Особенности тренировки начинающих спортсменов в группах предварительной подготовки. Задачи и преимущественная направленность тренировки в спортивно-оздоровительных группах, и группах начальной подготовки в избранном виде спорта.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал.</p> <p>Учебно-тематическое планирование в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Овладение методикой показа, рассказа, объяснения. Овладение методами и методическими приемами. Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами предварительной подготовки в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия.</p> <p>Сенситивные периоды развития физических качеств необходимых спортсмену на этапе предварительной подготовки. Средства и методы их развития.</p> <p>Разработать подготовительную часть учебно-тренировочного занятия для юных спортсменов на начальном этапе подготовки в подготовительном периоде. Подготовка к экзамену.</p> |
| | <i>Тема Организационно-методические особенности занятий на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).</i> |
| 7 | <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5.</i> Особенности тренировки на тренировочном этапе. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе спортивной специализации. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп спортивной подготовки. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на тренировочном этапе.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал.</p> <p>Учебно-тематическое планирование на тренировочном этапе подготовки на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами этапа спортивной специализации в подготовительный, соревновательный период и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия.</p> <p>Ознакомиться и законспектировать: Особенности спортивной подготовки женщин. Построение тренировочного микроцикла с учётом оварально-менструального цикла (ОМЦ). Подготовка к экзамену.</p> |
| | <i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе совершенствования спортивного мастерства.</i> |
| 8 | <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия, семинары) 6.</i> Особенности тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп совершенствования спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Учебно-тематическое планирование на этапе совершенствования спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Контрольно-переводные нормативы, оценка уровня подготовленности. Модельные характеристики физиологических показателей спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Сенситивные периоды развития физических качеств необходимых спортсмену на этапе совершенствования спортивного мастерства. Средства и методы их развития.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами этапа спортивного совершенствования в подготовительный, соревновательный и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведённого занятия.</p> <p>Составить план учебно-тренировочных занятий группы СС на 1 соревновательный микроцикл и 1</p> |

| | |
|----|--|
| | <p>план-конспект тренировочного занятия, в соответствии со сроком разработанного микроцикла. Подготовка к экзамену.</p> |
| 9 | <p><i>Тема Организационно-методические особенности занятий на этапе высшего спортивного мастерства.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7.</i> Особенности тренировки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Задачи и преимущественная направленность тренировки на этапе высшего спортивного мастерства. Основные формы тренировочного процесса. Характеристики формирования групп на этапе высшего спортивного мастерства. Соотношение тренировочного процесса по видам подготовки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Учебно-тематическое планирование на этапе высшего спортивного мастерства на основе федеральных государственных стандартов по избранному виду спорта. Требования к уровню подготовленности. Возрастные границы зон спортивных достижений. Модельные характеристики физиологических показателей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>Средства и методы воспитания двигательных качеств на этапе реализации максимальных возможностей спортсмена (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) Общие подготовительные и специально подготовительные и соревновательные упражнения.</p> <p>Подготовка конспекта, мест занятий. Проведение учебно-тренировочные занятия с группами высшего спортивного мастерства в подготовительный, соревновательный и переходный период. Контроль нагрузки. Анализ проведенного занятия.</p> <p>Разработать комплекс упражнений на развитие: силовых способностей, скоростных способностей, общей и специальной выносливости (скоростной, силовой, координационно-двигательной), гибкости, двигательно-координационных способностей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Подготовка к экзамену.</p> |
| 10 | <p><i>Тема Тренировочные сборы в системе спортивной подготовки.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Цель, задачи и средства тренировочных занятий во время учебно-тренировочных сборов. Виды сборов. Использование оздоровительных сил природы, как средства укрепления здоровья.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 8.</i> Планирование тренировочных сборов. Круглогодичная спортивная подготовка и её периодизация, классификация тренировочных сборов. Организация и проведение тренировочной работы в период сборов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал. Основной пакет документов при организации учебно-тренировочных сборов. Требования к месту организации учебно-тренировочных сборов с дневным и круглосуточным пребыванием.</p> <p>Изучить и законспектировать основные пункты правила перевозки детей в автобусах на территории РФ. Подготовка к экзамену</p> |
| 11 | <p><i>Тема Обеспечение тренировочной работы в период сборов.</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить материал.</p> <p>Медицинское и санитарно-гигиеническое обеспечение тренировочных сборов: организация рационального питания и витаминизации; организация сна и отдыха.</p> <p>Технология расчёта суточной стоимости питания одного спортсмена. Основные требования к организации питания. Распределение суточной калорийности питания во время сборов. Питьевой режим при разных климатических условиях и тренировочных нагрузках. Питание и витаминизация в условиях среднегорья. Средства восстановления</p> <p>Разработать меню на неделю учебно-тренировочных сборов, в соответствии с возрастом и тренировочной нагрузкой. Подготовка к экзамену</p> |

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор: теория и практика [Электронный ресурс]: монография/ Л.П. Сергиенко— Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 1048 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40812.html>. — ЭБС «IPRbooks».
2. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века [Электронный ресурс]: научные основы и построение тренировки/ Иссурин В.Б.— Электрон.текстовые данные. — М.: Спорт, 2016. — 464 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57797.html>. — ЭБС «IPRbooks».

6.1.2 Дополнительная литература

3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте [Электронный ресурс]/ Верхошанский Ю.В.— Электрон.текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 216 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16825.html>.— ЭБС «IPRbooks».
4. Губа В.П. Теория и методика современных спортивных исследований [Электронный ресурс]: монография/ Губа В.П., Маринич В.В.— Электрон.текстовые данные. — М.: Спорт, 2016. — 232 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55567.html>. — ЭБС «IPRbooks».
5. Кузьменко Г.А. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ [Электронный ресурс]: программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ/ Кузьменко Г.А.— Электрон.текстовые данные. — М.: Прометей, 2013. — 54 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/24017.html>. — ЭБС «IPRbooks».
6. Лысова И.А. Информативность показателей перспективности спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства [Электронный ресурс]: монография/ Лысова И.А., Лысов П.К.— Электрон.текстовые данные. — М.: Московский гуманитарный университет, 2014. — 212 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22451.html>. — ЭБС «IPRbooks».
7. Программы спортивного питания в эргогенном обеспечении подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: методическое пособие/ С.Н. Португалов [и др.]. — Электрон.текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2012. — 59 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57765.html>. — ЭБС «IPRbooks».
8. Серова Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры/ Серова Л.К.— Электрон.текстовые данные. — М.: Человек, 2011. — 160 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27589.html>. — ЭБС «IPRbooks».
9. Яковлев Б.П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Яковлев Б.П.— Электрон.текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2014. — 312 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40790.html>. — ЭБС «IPRbooks».

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

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

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| <i>Электронно-библиотечные системы</i> | | <i>Ссылка на ресурс</i> |
|--|--|---|
| 1. | Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) | http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp |
| 2. | Электронно-библиотечная система IPRbooks | https://www.iprbookshop.ru/?&a |

| | | |
|----|--|---|
| 3. | «Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань») | https://e.lanbook.com/ |
| 4. | Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс] | http://window.edu.ru/window |
| 5. | Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс] | http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/ |
| 6. | Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс] | http://bmsi.ru/ |
| 7. | Сайт журнала «Теория и практика физической культуры» | http://www.teoriya.ru/ru |
| 8. | Справочная правовая система «Консультант плюс» | http://www.consultant.ru/ |

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

| <i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i> | <i>Оборудование и технические средства обучения</i> |
|--|---|
| <p>Аудитории № 421 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67</p> | <p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p> |
| <p>Аудитория № 423 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67</p> | <p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, экран.</p> |
| <p>Аудитория № 424 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67.</p> | <p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, интерактивная доска, колонки.</p> |
| <p>Аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p> |