

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.03.2024 15:22:51  
Уникальный програвид: Чайков  
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

**Методические материалы по выполнению контрольной работы по  
дисциплине  
«Организация тренировочных занятий»**

Для обучающихся по направлению 49.03.01 Физическая культура  
профиль «Физкультурное образование»

УДК 796.01  
ББК 75.1  
О 64

Рецензент: Рыбакова Е.О., к.п.н., доцент

Обсуждено и рекомендовано к утверждению  
на заседании кафедры теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Печатается по решению учебно-методического совета  
ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Протокол № 7 от 17.02.2021 г.

О 64 Организация тренировочных занятий: методические указания  
к выполнению и защите контрольных работ для обучающихся  
заочной формы по направлению 49.03.01 Физическая культура  
профиль «Физкультурное образование»/ сост. Т.А. Херувимова. –  
Чайковский, ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2021. – 23 с.

Методические указания к выполнению и защите контрольных работ  
составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой по  
дисциплине «Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных  
программ», отвечающей требованиям ФГОС ВО по направлению 49.03.01  
Физическая культура профиль «Физкультурное образование».

УДК 796.01  
ББК 75.1

© Херувимова Т.А., составление, 2021  
© ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   | стр. |
|---|------|
| Введение.....   | 4    |
| 1 Организационно-методические указания.....               | 5    |
| 1.1 Общие положения.....                                  | 5    |
| 1.2 Структура и оформление работы.....                    | 6    |
| 1.3 Правила выбора варианта контрольной работы.....       | 9    |
| 1.4 Подготовка и процедура защиты контрольной работы..... | 10   |
| 1.5 Критерии оценки контрольной работы.....               | 10   |
| 2 Варианты контрольной работы.....                        | 12   |
| Список рекомендуемой литературы.....                      | 14   |
| Приложения.....   | 16   |

## **ВВЕДЕНИЕ**

В непрерывном физкультурном образовании самостоятельная работа является одной из необходимых форм формирования когнитивных способностей высококвалифицированных специалистов. Одной из форм организации самостоятельной работы является контрольная работа.

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочей программой дисциплины «Организация тренировочных занятий» и способствует формированию компетенций у бакалавров.

В то же время практика подготовки бакалавров показала, что у многих обучающихся нет чёткого представления об основных этапах подготовки контрольной работы, структуре и содержании основных её разделов. В процессе написания контрольной работы допускается много ошибок: в заимствовании текста и его оформлении; при составлении списка использованных источников.

В настоящих методических указаниях установлены требования к составу, содержанию и оформлению контрольной работы по дисциплине «Организация тренировочных занятий» в Чайковском государственном институте физической культуры для обучающихся заочной формы обучения по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, профиль «Физкультурное образование».

# 1 ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

## 1.1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Контрольная работа является формой текущего контроля (оценки) знаний. Данный вид контроля позволяет объективно оценить уровень подготовленности и самостоятельности обучающегося по одной из ключевых тем изучаемого курса дисциплины «Организация тренировочных занятий».

Выполнение работы предполагает самостоятельную деятельность обучающегося по выбранной теме, с учетом варианта, на основе изучения литературы.

*Цель выполнения контрольной работы* – формирование знаний, умений и навыков у обучающихся диагностировать проблему по одной из тем курса дисциплины на основе следующих компонентов образовательного процесса:

1. Понимание теоретического материала изучаемого курса.
2. Формирование навыков:
  - самостоятельной работы с различными видами источников по выбранной проблеме (теме);
  - подбора, обработки и систематизации материала (информации) по выбранной теме;
  - обобщения, формулирования выводов и оформления их в различной форме (текст, таблицы, графики, схемы).
3. Формирование умения грамотно и логично излагать письменно материал (информацию) по заявленной теме.

## 1.2 СТРУКТУРА И ОФОРМЛЕНИЕ РАБОТЫ

Контрольная работа должна быть оформлена согласно требованиям, предъявляемым к данному виду работы.

***Необходимые требования для оформления контрольной работы:***

- наличие титульного листа (приложение 1);
- основной текст;
- список литературы (приложение 2);

– приложения (при наличии).

### ***Титульный лист***

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование вуза, кафедры, название дисциплины, номер варианта, номер группы обучающегося, номер зачетной книжки (студенческого билета), фамилия, имя и отчество исполнителя, фамилия, имя, отчество и должность проверяющего, год и населенный пункт.

Номер варианта контрольной работы на титульном листе должен соответствовать **последней цифре** номера зачетной книжки (студенческого билета) кроме номера года обучения. *Например, 1-234-14 (последняя цифра – 4 в числе 234); 1-219-14 (последняя цифра 19 в числе 219).* Изменения допускаются только по согласованию с преподавателем, ведущим данный курс дисциплины.

### ***Задание на контрольную работу***

Задание (например, содержание вопросов темы контрольной работы) включается в текстовую часть после титульного листа и нумеруется.

### ***Основной текст контрольной работы***

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ на поставленные теоретические вопросы, представленные в содержании, на основе изучения литературных источников. В работе следует обязательно делать сноски в квадратных скобках на источник из списка литературы. Основной текст контрольной работы заканчивается заключением. Заключение является собственным суждением исполнителя контрольной работы.

Текст работы должен быть емким и содержать сжатое и, вместе с тем, достаточно полное изложение существа темы. При этом работа не должна заключаться в дословном переписывании литературных источников, простом пересказе учебников, учебных пособий, механической компиляции литературных источников.

## ***Список литературы***

В список литературы включаются все источники (в том числе интернет-источники), которые были изучены и использованы при выполнении работы. Список литературы следует приводить в алфавитном порядке, ориентируясь на фамилию автора или название книги (статьи).

Библиографический список содержит не менее 5 источников и оформляется согласно ГОСТ Р 7.0.100-2018 «Библиографическое описание. Общие требования и правила составления», введенному с 03.12.2018 г.

## ***Приложения***

К тексту контрольной работы как иллюстративный материал могут быть выполнены «Приложения» в виде графиков, схем, таблиц, диаграмм. Приложения должны иллюстрировать, дополнять, объяснять информацию, изложенную в работе (в основном тексте делаются сноски или ссылки на них). Каждое приложение начинается на новой странице, на которой в правом углу пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ», рядом указывается порядковый номер (цифрой без указания №), если приложений больше одного. Название приложения пишется по центру страницы. Если приложение продолжается на следующем листе, то делается запись – продолжение приложения...

## ***Требования по оформлению контрольной работы***

1. Контрольная работа должна быть представлена в печатном виде. Для компьютерной верстки – полуторный интервал, размер шрифта 14, гарнитура TimesNewRoman; сноски печатаются 10 шрифтом. Параметры страницы формата А4: верхнее поле – 25 мм, нижнее поле – 25 мм, левое поле – 35 мм, правое поле – 15 мм.

2. Нумерация страниц производится в нижней части листа (по центру). 1-я страница – титульный лист – не нумеруется. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа, нумеруются арабскими цифрами.

3. Выравнивание текста на листах должно производиться по ширине строк.

4. Каждая структурная часть контрольной работы (введение, разделы основной части, заключение и т. д.) начинается с новой страницы.

5. Заголовки разделов, заключение, список литературы, приложение набираются прописным полужирным шрифтом.

6. Не допускаются подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовков.

7. После заголовка, располагаемого посередине строки, точка не ставится.

8. Расстояние между заголовком и следующим за ним текстом, а также между главой и параграфом составляет 2 интервала.

9. Формулы внутри контрольной работы должны иметь сквозную нумерацию и все пояснения используемых в них символов.

10. Цитаты следует приводить в случаях, когда они служат базой, отправным моментом или аргументом какого-либо тезиса или являются объектом анализа автора курсовой работы. Цитата приводится в кавычках; цитирование какого-либо источника может быть изложено путем косвенной речи; после цитаты или цитирования ставится номер сноски.

11. Иллюстрации, рисунки, чертежи, графики, фотографии, которые приводятся по тексту работы, должны иметь сквозную нумерацию (например, рисунок – 1).

12. Ссылки на литературные источники оформляются в квадратных скобках, где указывается порядковый номер источника по списку литературы.

15. Объем контрольной работы в среднем – 15-20 страниц (или 25-40 тыс. печатных знаков) формата А4, набранных на компьютере на одной (лицевой) стороне.

16. В списке использованной литературы должно быть не менее пяти источников. Запрещается использовать только интернет-источники.



17. Все структурные части контрольной работы сшиваются в той же последовательности, в какой они представлены в структуре.

### 1.3 ПРАВИЛА ВЫБОРА ВАРИАНТА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Студенты выбирают вариант контрольной работы по предложенному списку (предлагается 20 вариантов: вариант определяется в соответствии с последней(-ми) цифрой(-ами) зачетной книжки (студенческого билета)). Номер варианта контрольной работы выбирается в соответствии с таблицей 1.

Таблица 1 – Таблица выбора варианта контрольной работы

| <i>Последняя цифра номера зачетной книжки студента</i> | <i>Номер варианта контрольной работы (на выбор студента)</i> |
|--|--|
| 1  | 01   |
| 2  | 02   |
| 3  | 03   |
| 4  | 04   |
| 5  | 05   |
| 6  | 06   |
| 7  | 07   |
| 8  | 08   |
| 9  | 09   |
| 10   | 10   |
| 11   | 11   |
| 12   | 12   |
| 13   | 13   |
| 14   | 14   |
| 15   | 15   |
| 16   | 16   |
| 17   | 17   |
| 18   | 18   |
| 19   | 19   |

*Внимание!* Контрольная работа, выполненная **не по своему варианту**, к проверке и защите **не допускается**.

*Примеры определения номера варианта:*

*1-315-14 – вариант 15*

*2-345-14 – вариант 5*

*1-380-14 – вариант 10*

*1-119-14 – вариант 19*

*1-179-14 – вариант 9*

## **1.4 ПОДГОТОВКА И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Прежде чем защитить готовую работу, обучающемуся необходимо ее отправить на проверку преподавателю в ЭОС (электронную образовательную среду). Название файла должно соответствовать фамилии обучающегося. *Например: Иванов.doc*

После того как преподавателем было принято положительное решение о соответствии контрольной работы указанным в настоящих методических указаниях требованиям, работа может быть оформлена автором в печатном виде.

Защита работы может проходить в разных формах:

– в форме собеседования (автор работы выступает с коротким сообщением (5-7 мин.), в ходе которого освещает состояние проблемы, результат работы с источниками, заключение и предложения. После доклада выступающий отвечает на вопросы;

– заочная форма (работы, соответствующие требованиям, могут быть защищены заочно, в результате прочтения текста работы преподавателем, ведущим дисциплину. По итогам прочтения и проверки на оригинальность текста выставляется оценка).

В случае возникновения вопросов по выполнению контрольной работы обучающемуся следует обратиться к преподавателю за консультацией. Срок выполнения контрольной работы определяется преподавателем, и она должна быть сдана не позднее, чем за две недели до зачета.

## **1.5 КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Подготовленная и оформленная в соответствии с настоящими требованиями контрольная работа оценивается преподавателем по следующим критериям:

|            | Оценка                | Критерии оценки  |
|------------|-----------------------|--|
| Зачтено    | «отлично»             | Содержание контрольной работы изложено последовательно с использованием современной терминологии. Представлен полный, развернутый ответ на все поставленные теоретические вопросы, корректная формулировка понятий и категорий, успешное решение практических вопросов с необходимыми пояснениями. Сформулированы развернутые, самостоятельные выводы по работе. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в методических указаниях, написана с соблюдением норм литературного языка. Работа выполнена в срок. |
|            | «хорошо»              | Содержание контрольной работы изложено последовательно. Представлен развернутый ответ на все поставленные вопросы. Сформулированы выводы по работе. Имеются несущественные ошибки. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в методических указаниях, написана с соблюдением норм литературного языка. Работа выполнена в срок.   |
|            | «удовлетворительно»   | Содержание контрольной работы изложено бессистемно. При ответе на поставленные вопросы имеются существенные ошибки. Сформулированы общие выводы по работе. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в методических указаниях, написана с соблюдением норм литературного языка.  |
| Не зачтено | «неудовлетворительно» | Большая часть требований, предъявляемых к контрольной работе, не выполнена.  |

### Внимание.

1. *Не допускается сдача взятых из сети Internet контрольных работ*, поскольку, *во-первых*, это будет рассматриваться как попытка обмана преподавателя, *во-вторых*, это приводит к формализации получения знаний, *в-третьих*, в мировой практике ведется борьба с плагиатом при сдаче контрольных работ вплоть до отчисления студентов от обучения.

*В подобном случае работа не принимается к защите и студент получает новую тему.*

2. Студент, не подготовивший контрольную работу, считается не выполнившим учебный план и не может быть допущен к зачету.

## **2 ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Прилагается примерный перечень *вариантов* контрольной работы. Возможно изменение плана, выстраивание его в выбранной студентом логике. Обязательным условием является доработка вопроса и представление его в виде развернутого сложного плана. Требования: полное, логичное, грамотное рассмотрение вопросов.

### ***Вариант 1***

1. Способности к избранному виду спорта.
2. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.

### ***Вариант 2***

1. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годовом цикле.
2. Оперативное планирование спортивной тренировки.

### ***Вариант 3***

1. Характеристика документов планирования спортивной тренировки.
2. Основные формы тренировочных занятий.

### ***Вариант 4***

1. Задачи частей тренировочных занятий.
2. Макроцикл и его построение.

### ***Вариант 5***

1. Мезоцикл и его построение.
2. Микроцикл и его построение.

### ***Вариант 6***

1. Круглогодичная и многолетняя подготовка и ее периодизация.
2. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура.

### ***Вариант 7***

1. Система комплексного контроля в процессе подготовки юных спортсменов.
2. Разновидности комплексного контроля.

### ***Вариант 8***

1. Содержание и организация этапного контроля.
2. Содержание и организация текущего контроля.

### ***Вариант 9***

1. Содержание и организация оперативного контроля.
2. Особенности подготовки спортсменов различного возраста и подготовленности.

### ***Вариант 10***

1. Массовый спорт и спорт высших достижений.
2. Подготовка спортивного резерва.

### ***Вариант 11***

1. Спортивный отбор и спортивная ориентация.
2. Организация работы спортивной секции.

### ***Вариант 12***

1. Средства и методы восстановления работоспособности спортсмена.
2. Психологические средства восстановления спортсмена.

### ***Вариант 13***

1. Психическое воздействие с помощью физических факторов.
2. Медико-биологические средства восстановления работоспособности.

### ***Вариант 14***

1. Восстановительный период в подготовке спортсмена.
2. Социальные функции спорта.

### ***Вариант 15***

1. Адаптация организма к физическим нагрузкам.
2. Основные формы тренировочных занятий.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вестник спортивной науки: электронный журнал / Федеральный научный центр физической культуры и спорта; главный редактор Б. Н. Шустин. – Москва: Спорт, 2020. – Выходит 1 раз в два месяца. – ISSN 1998-0833. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=98249> (дата обращения: 26.10.2020). – Текст: электронный.

2. Дисько, Е. Н. Основы теории и методики спортивной тренировки: учебное пособие / Е. Н. Дисько. — Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2018. — 252 с. — ISBN 978-985-503-802-4

3. 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»;

4. 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»;

5. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2017. – 274 с. – ISBN 978-5-534-04410-0.

6. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2003. – 863 с.

7. Погодаев Г. И., Мишин Б. И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе. 1-11 классы: методическое пособие – М.: Дрофа, 2006. – 110 с.

8. 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».

9. Серова, Л. К. Мотивация в спортивной деятельности: монография / Л. К. Серова. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 144 с. — ISBN 978-5-907225-38-1

10. Современная система спортивной подготовки: монография / Л. П. Матвеев, В. Н. Платонов, В. П. Филин [и др.]; под редакцией Б. Н. Шустина. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 440 с. — ISBN 978-5-907225-36-7

11. Спортивная тренировка: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 105 с. — ISBN 2227-8397

12. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе: дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы: метод.пособие/ сост. Белоножкина О. В. и др. — Волгоград: Учитель, 2007. — 173 с.

13. Теория и методика физической культуры: учебник /Под ред. Ю. Ф. Курамшина. — М.: Советский спорт, 2007. — 464 с.

14. Тудор, Бомпа Периодизация спортивной тренировки / БомпаТудор, Буццичелли Карло; перевод М. Прокопьева. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-01-5.

15. Фискалов В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. — М: Советский спорт, 2010. — 392 с.

16. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов. — 12-е изд., испр. — Москва: Академия, 2014. — 480 с. — ISBN 978-5-4468-0491-1.

# **ПРИЛОЖЕНИЯ**



# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

*Образец оформления титульного листа*

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

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА  
по дисциплине  
«ОРГАНИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ»

*Вариант 1*

Выполнил: студент \_\_\_\_\_ группы  
№ зачетной книжки (студ. билета)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(фамилия, инициалы студента)

Проверил: к.п.н., доцент

Херувимова Т. А.

(фамилия, инициалы преподавателя)

Чайковский, 2021 г.

ПРИМЕРЫ БИБЛИОГРАФИЧЕСКИХ ЗАПИСЕЙ  
ДОКУМЕНТОВ В СПИСКЕ ЛИТЕРАТУРЫ

**(Библиографические записи оформляются в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.100-2018 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления»)**

*Для книг:*

1. Кравченко, А. И. Методология и методы социологических исследований: учебник / А. И. Кравченко. – Москва: Юрайт, 2016. – 828 с. – ISBN 978-59916-3330-7.

2. Зебзеев, В. В. Организация и проведение соревнований по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью: учеб.пособие / В. В. Зебзеев, О. С. Зданович, Г. Ю. Прокопенко. – Чайковский: ЧГИФК, 2016. – 131 с.

3. Кравченко, А. И. Социология: учебник / А. И. Кравченко. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2016. – 384 с. – ISBN 978-5-9916-6108-9.

*Законодательный материал:*

1. Российская Федерация. Законы. Уголовный кодекс Российской Федерации: УК: текст с изменениями и дополнениями на 1 августа 2017 года: [принят Государственной думой 24 мая 1996 года: одобрен Советом Федерации 5 июня 1996 года]. – Москва: Эксмо, 2017. – 350 с. – (Актуальное законодательство). – ISBN 978-5-04-004029-2. – Текст: непосредственный.

2. Российская Федерация. Законы. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации: Федеральный закон № 131-ФЗ: [принят Государственной думой 16 сентября 2003 года: одобрен Советом Федерации 24 сентября 2003 года]. – Москва: Проспект; Санкт-Петербург: Кодекс, 2017. – 158 с. – ISBN 978-5-392-26365-3. – Текст: непосредственный.

*Статьи из журналов:*

1. Азеев А. А. Повышение эффективности тренировочного процесса тяжелоатлетов на основе биомеханического контроля текущей и эталонной траектории штанги / А. А. Азеев, А. Е. Азеев, Е. Н. Михайленко [и др.]. – Текст: электронный //Вестник спортивной науки. – 2020. – № 2. – с. 4-9. – ISSN: 1998-0833. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=98249> (дата обращения 13.10.2020).

2. Борина Ю. Ю. Программно-целевой подход как основа развития хоккея в Пермском крае/ Ю. Ю. Борина, Д. А. Морозов, А. В. Смирнова// Экспериментальная и инновационная деятельность – потенциал развития отрасли физической культуры и спорта: материалы Всероссийской научно-практической конференции 18-19 сентября 2020 г. (г. Чайковский, Пермский край): в 2 т. Т. 1. – Чайковский: ЧГИФК, 2020. – с. 50-58. – ISBN 978-5-94720-054-6.

*Для учебных материалов 1-2 автора:*

1. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – Москва: Академия, 2014. – 480 с. – ISBN 978-5-4468-0491-1.

*Для учебных материалов 3 автора:*

1. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2017. – 274 с. – ISBN 978-5-534-04410-0.

*Для учебных материалов 4 автора:*

1. Медико-биологический контроль функционального состояния и работоспособности пловцов в тренировочном и соревновательном процессах: метод.рекомендации / А. Н. Поликарпочкин, И. В. Левшин, Ю. А. Поварещенкова, Н. В. Поликарпочкина. – Москва: Советский спорт, 2014. – 128 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0703-2.

*Для учебных материалов 5 и более авторов:*

2. Экологическая безопасность в России / А. И. Воложин, Г. В. Порядин, А. Н. Казимирский и др. // Проблемы экологии. – 2011. – №3. – С.4-7.

3. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник / Т. В. Састамойнен, Т. Э. Круглова, Т. С. Чернецкая [и др.]. – Москва: Академия, 2014. – 240 с. – ISBN 978-5-4468-0583-9.

*Оформление электронных источников:*

#### Официальный сайт

1. Правительство Российской Федерации: официальный сайт. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://government.ru> (дата обращения: 19.02.2018). – Текст: электронный.

2. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации: официальный сайт. – 2017. – URL: <https://rosmintrud.ru/docs/1281> (дата обращения: 08.04.2017). – Текст: электронный.

#### Электронная библиотека

1. IPRBOOKS: электронно-библиотечная система: сайт / учредитель ООО Компания "Ай Пи Ар Медиа". – Саратов, 2018. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/74203.html> (дата обращения: 26.10.2020). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный.

2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000. – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 09.07.2019). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный.

3. ЭБС Юрайт: электронная библиотечная система: сайт. – Москва, 2013. – URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 09.08.2019). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный.

4. Электронная библиотека: библиотека диссертаций: сайт / Российская государственная библиотека. – Москва: РГБ, 2003. – URL: <http://diss.rsl.ru/?lang=ru> (дата обращения: 20.07.2018). – Режим доступа: для зарегистрир. читателей РГБ. – Текст: электронный.

#### Электронный журнал

1. Вестник спортивной науки: электронный журнал / Федеральный научный центр физической культуры и спорта; главный редактор Б. Н. Шустин. – Москва: Спорт, 2020. – Выходит 1 раз в два месяца. – ISSN 1998-0833. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=98249> (дата обращения: 26.10.2020). – Текст: электронный.

2. Наука-2020: электронный журнал / учредитель и издатель Межрегиональная Академия безопасности и выживания; редакционная коллегия: С. Ю Махов (главный редактор) [и др.]. – Орел, 2020. – ISSN 2413-6379. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/97081.html> (дата обращения: 26.10.2020). – Текст: электронный.

3. Вопросы государственного и муниципального управления: Publicadministrationissues: электронный журнал. – URL: <https://vgmu.hse.ru/about> (дата обращения: 28.06.2017). – Текст: электронный.

4. Теория и практика каталогизации и поиска библиотечных ресурсов: электронный журнал. – URL: <http://www.nilc.ru/journal/>. – Дата публикации: 21 апреля 2017. – Текст: электронный.

#### Сайт, портал

1. Газета.Ру: [сайт] / учредитель АО «Газета.Ру». – Москва, 1999. – Обновляется в течение суток. - URL: <https://www.gazeta.ru> (дата обращения: 15.04.2018). – Текст: электронный.

2. Российская книжная палата: [сайт]. – 2018. – URL: <http://bookchamber.ru/isbn.html> (дата обращения: 22.05.2018). – Текст: электронный.

3. ТАСС: информационное агентство России: [сайт]. – Москва, 1999. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://tass.ru> (дата обращения: 26.06.2018). – Текст: электронный.

Учебное издание

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Методические указания

Составитель: **Херувимова** Татьяна Анатольевна

Редактор Г. В. Кошкина

Подписано в печать 29.03.2021. Формат 60x84 1/8. Уч. изд. л. 0,8.

Объем данных 0,1 Мб. Заказ № 1099.

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Чайковский государственный институт физической культуры» (ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

617764, Пермский край, г. Чайковский, ул. Ленина, 67, ауд. 201.

[www.chifk.ru](http://www.chifk.ru)