

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Уайбаламанович
Должность: Ректор
Дата подписания: 03.05.2024 14:47:30
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Теории и методики лыжных гонок и биатлона

УТВЕРЖДАЮ:

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

«27» апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика детско-юношеского спорта (Б1.О.32)

| | |
|--|---|
| Направление подготовки | <i>49.03.04 Спорт</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в хоккее. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i> |
| Квалификация выпускника | <i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i> |
| Год начала подготовки (по учебному плану) | <i>2023</i> |
| Форма обучения, семестр | <i>очная: 6 семестр заочная: 7,8 семестр</i> |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану | <i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i> |
| Промежуточная аттестация | <i>зачет с оценкой</i> |

Разработчик рабочей программы:

Чумаков В.Н., к.п.н., профессор

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМЛГиБ

Протокол от «11» апреля 2023 г. № 9

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «26» апреля 2023 г. № 9

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной работы в качестве тренера-преподавателя в системе детско-юношеского спорта и связанных со спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать представления об основах теории и методике детского и юношеского спорта;
- привить обучающимся профессионально-педагогические навыки по организации занятий с юными спортсменами;
- сформировать знания и умения по определению спортивных способностей и одарённости юных спортсменов;
- способствовать реализации индивидуального подхода в процессе подготовки юных спортсменов;
- способствовать освоению методов контроля по определению физических и психических особенностей юных спортсменов в избранном виде спорта.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика детско-юношеского спорта» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

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 «Теория и методика детско-юношеского спорта» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

| Формируемые компетенции | Индикаторы достижения компетенции |
|---|---|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста. | ОПК-1.1 Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки. ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий физической культурой и спортом. |
| ОПК-2 Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. | ОПК-2.1 Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду. ОПК-2.2 Умеет выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду. |
| ОПК-4 Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. | ОПК-4.1 Знает средства и методы, чувствительные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, содержание психолого-педагогического сопровождения сферы спортивной подготовки и образования. ОПК-4.2 Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, определять |

| Формируемые компетенции | Индикаторы достижения компетенции |
|--|--|
| | содержание психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки и образования. ОПК-4.3 Владеет методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, методикой психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки и образования. |
| ОПК-9 Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся. | ОПК-9.1 Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы. ОПК-9.2 Умеет анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся. |

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | |
|-----|---|--|----------|
| | | 6 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.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 32/4 | 32/4 |
| 2 | Самостоятельная работа/ в том числе промежуточная аттестация | 60/0 | 60/0 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет с оценкой | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | 108 <i>в академических часах</i> 3 <i>в зачетных единицах</i> | 108 3 |

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

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | | |
|-----|---|---|-----------|----------|
| | | 7 семестр | 8 семестр | Всего |
| 1 | Контактная работа | 6 | 4 | 10 |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 4 | 0 | 4 |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 2/0 | 4/0 | 6/0 |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации | 48/0 | 50/19 | 98/19 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет с оценкой | - | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | 54 <i>в академических часах</i> 1,5 <i>в зачетных единицах</i> | 54 1,5 | 108 3 |

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)

| № раздела, темы | Разделы, 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 | | | |
| 1 | Раздел Основы теории и методики детского и юношеского спорта | 2 | 2 | 0 | 8 | 12 |
| 1.1 | Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта | 2 | 2 | 0 | 8 | 12 |
| 2 | Раздел Определение спортивных способностей и одарённости | 2 | 4 | 2 | 12 | 18 |
| 2.1 | Индивидуальные способности и выбор занятий спортом | 0 | 2 | 0 | 4 | 6 |
| 2.2 | Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта | 2 | 0 | 0 | 4 | 6 |
| 2.3 | Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта | 0 | 2 | 2 | 4 | 6 |
| 3 | Раздел Воспитание и обучение юного спортсмена | 2 | 4 | 0 | 8 | 14 |
| 3.1 | Воспитательная функция спортивной тренировки | 2 | 2 | 0 | 4 | 8 |
| 3.2 | Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта | 0 | 2 | 0 | 4 | 6 |
| 4 | Раздел Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта | 6 | 10 | 2 | 12 | 28 |
| 4.1 | Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность | 2 | 4 | 0 | 6 | 12 |
| 4.2 | Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов | 4 | 6 | 2 | 6 | 16 |
| 5 | Раздел Организация занятий и режима жизни юного спортсмена | 4 | 12 | 0 | 20 | 36 |
| 5.1 | Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов | 2 | 4 | 0 | 6 | 12 |
| 5.2 | Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена | 0 | 4 | 0 | 6 | 10 |
| 5.3 | Контроль и коррекция спортивной подготовки | 2 | 4 | 0 | 8 | 14 |
| | Итого: | 16 | 32 | 4 | 60 | 108 |

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

| № раздела, темы | Разделы, 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 | Раздел Основы теории и методики детского и юношеского спорта | 0,5 | 0 | 0 | 8 | 8,5 |
| 1.1 | Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта | 0,5 | 0 | 0 | 8 | 8,5 |
| 2 | Раздел Определение спортивных способностей и одарённости | 1,5 | 2 | 0 | 24 | 27,5 |
| 2.1 | Индивидуальные способности и выбор занятий спортом | 0 | 0 | 0 | 8 | 8 |
| 2.2 | Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта | 1,5 | 0 | 0 | 8 | 9,5 |
| 2.3 | Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта | 0 | 2 | 0 | 8 | 10 |
| 3 | Раздел Воспитание и обучение юного спортсмена | 2 | 0 | 0 | 16 | 18 |
| 3.1 | Воспитательная функция спортивной тренировки | 2 | 0 | 0 | 6 | 8 |
| 3.2 | Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта | 0 | 0 | 0 | 10 | 10 |
| Итого за 7 семестр: | | 4 | 2 | 0 | 48 | 54 |
| 8 семестр | | | | | | |
| 4 | Раздел Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта | 0 | 2 | 0 | 20 | 22 |
| 4.1 | Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность | 0 | 1 | 0 | 10 | 11 |
| 4.2 | Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов | 0 | 1 | 0 | 10 | 11 |
| 5 | Раздел Организация занятий и режима жизни юного спортсмена | 0 | 2 | 0 | 30 | 32 |
| 5.1 | Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов | 0 | 0 | 0 | 10 | 10 |
| 5.2 | Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена | 0 | 1 | 0 | 10 | 11 |
| 5.3 | Контроль и коррекция спортивной подготовки | 0 | 1 | 0 | 10 | 11 |
| Итого за 8 семестр: | | 0 | 4 | 0 | 50 | 54 |
| Итого: | | 4 | 6 | 0 | 98 | 108 |

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)

| № раздела, темы | Содержание |
|-----------------|---|
| 1 | Раздел Основы теории и методики детского и юношеского спорта |
| | <i>Тема Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта</i> |
| 1.1 | <i>Занятие лекционного типа 1.</i> Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Программный материал по годам обучения, зачетные требования. Развитие отечественной теории и методики детско-юношеского спорта. |
| | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Спортивная подготовка как система комплексного воздействия, содержание системы многолетней подготовки. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать схему «Структура многолетней подготовки в избранном виде спорта». |
| 2 | Раздел Определение спортивных способностей и одарённости |
| | <i>Тема Индивидуальные способности и выбор занятий спортом</i> |
| 2.1 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Индивидуальные способности и выбор занятий спортом: структура спортивных способностей и одарённости, системный подход в их изучении. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Дать характеристику двигательных, физических и психических способностей, имеющих значение в избранном виде спорта: |
| | <i>Тема Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта</i> |
| 2.2 | <i>Занятие лекционного типа 2.</i> Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта: тип нервной системы и его значение для деятельности юных спортсменов. Спортивные способности различных типологических групп, особенности проведения психофизиологической диагностики спортивных способностей. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Оценить тип нервной системы у юного спортсмена, занимающегося избранным видом спорта. |
| | <i>Тема Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта</i> |
| 2.3 | <i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 3.</i> Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта: уровни развития способностей спортсменов в различных видах спорта, методика тестирования компонентов спортивных способностей. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Ранжировать общие и специальные спортивные способности в избранном виде спорта по уровню их значимости. |
| 3 | Раздел Воспитание и обучение юного спортсмена |
| | <i>Тема Воспитательная функция спортивной тренировки</i> |
| 3.1 | <i>Занятие лекционного типа 3.</i> Воспитательная функция спортивной тренировки: особенности воспитания развивающейся личности в спорте, содержание средств и методов нравственного воспитания. |
| | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Воспитание волевых качеств: средства, методы, особенности методики организации занятий. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать таблицу «Основные волевые качества и особенности их проявления в избранном виде спорта». |
| | <i>Тема Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта</i> |
| 3.2 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Обучение в системе спортивной подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта: закономерности, правила и принципы обучения в тренировке юных спортсменов; использование средств и методов. Дифференцированный подход. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать алгоритм обучения технике в избранном виде спорта. Описать ошибки, допускаемые юным спортсменом при формировании основных элементов в избранном виде спорта. |
| 4 | Раздел Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта |
| | <i>Тема Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность</i> |
| 4.1 | <i>Занятие лекционного типа 4.</i> Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность: основные компоненты тренировочного воздействия, средства и методы воспитания физических способностей. |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6-7.</i> Форсирование подготовки юных |

| | |
|----------|---|
| | спортсменов: проблема форсирования подготовки, особенности проявления, негативные тенденции детско-юношеского спорта и их нивелирование. <i>Самостоятельная работа:</i> Выявить основные особенности физической подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта. |
| | <i>Тема Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов</i> |
| | <i>Занятия лекционного типа 5-6.</i> Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта: цель, задачи, средства и методы тренировки, методика проведения занятий. |
| | <i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 8.</i> Методика развития основных двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта. |
| 4.2 | <i>Занятие семинарского типа (семинар) 9.</i> Особенности проведения тренировочных занятий с девушками, учёт физиологических и психологических факторов. <i>Самостоятельная работа:</i> Описать основные компоненты тренировочного процесса в избранном виде спорта. |
| | <i>Занятие семинарского типа (семинар) 10.</i> Планирование нагрузок различной направленности с учётом возраста, пола и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Перечислить основные гендерные особенности спортивной подготовки. |
| 5 | Раздел Организация занятий и режима жизни юного спортсмена |
| | <i>Тема Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов</i> |
| | <i>Занятие лекционного типа 7.</i> Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов: возрастная периодизация на различных этапах подготовки юных спортсменов, её особенности. |
| 5.1 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11-12.</i> Технологии планирования тренировочных нагрузок с учётом физического развития – среднего, ускоренного, замедленного. <i>Самостоятельная работа:</i> Составить таблицу «Признаки, отражающие степень биологического и физического развития юных спортсменов и их характеристики». |
| | <i>Тема Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена</i> |
| 5.2 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13-14.</i> Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена: особенности проведения игровой и круговой спортивных тренировок; дневной режим и питание, закаливание организма. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать схему проведения круговой тренировки равномерным, интервальным и круговым методами. |
| | <i>Тема Контроль и коррекция спортивной подготовки</i> |
| 5.3 | <i>Занятие лекционного типа 8.</i> Контроль и коррекция спортивной подготовки: педагогическое наблюдение, тестирование спортивной подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта. Коррекция спортивной подготовки юных спортсменов на основе анализа соревновательной деятельности. <i>Самостоятельная работа:</i> Охарактеризовать контрольные испытания и тесты по оценке специальной физической подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта. <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15-16.</i> Определение особенностей биологического и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать схему определения биологического развития юного спортсмена по внешним признакам» |

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

| № раздела, темы | Содержание |
|-----------------|---|
| | <i>7 семестр</i> |
| 1 | Раздел Основы теории и методики детского и юношеского спорта |
| | <i>Тема Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Функционирование системы детско-юношеского спорта</i> |
| 1.1 | <i>Занятие лекционного типа 1.</i> Введение в специализацию. Предмет, задачи и содержание курса. Программный материал по годам обучения, зачетные требования. Развитие отечественной теории и методики детского-юношеского спорта. Спортивная подготовка как система комплексного воздействия, содержание системы многолетней подготовки. |

| | |
|----------|---|
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать схему «Структура многолетней подготовки в избранном виде спорта». |
| 2 | Раздел Определение спортивных способностей и одарённости |
| | <i>Тема Индивидуальные способности и выбор занятий спортом</i> |
| 2.1 | <i>Самостоятельная работа:</i> Индивидуальные способности и выбор занятий спортом: разработать таблицу «Структура спортивных способностей и одарённости». |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Дать характеристику двигательных, физических и психических способностей, имеющих значение в избранном виде спорта. |
| | <i>Тема Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта</i> |
| 2.2 | <i>Занятие лекционного типа 1.</i> Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей в избранном виде спорта: тип нервной системы и его значение для деятельности юных спортсменов. Спортивные способности различных типологических групп, особенности проведения психофизиологической диагностики спортивных способностей. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Оценить тип нервной системы у юного спортсмена, занимающегося избранным видом спорта. |
| | <i>Тема Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта</i> |
| 2.3 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей в избранном виде спорта: уровни развития способностей спортсменов в различных видах спорта, методика тестирования компонентов спортивных способностей. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Ранжировать общие и специальные спортивные способности в избранном виде спорта по уровню их значимости. |
| 3 | Раздел Воспитание и обучение юного спортсмена |
| | <i>Тема Воспитательная функция спортивной тренировки</i> |
| 3.1 | <i>Занятие лекционного типа 2.</i> Воспитательная функция спортивной тренировки: особенности воспитания развивающейся личности в спорте, содержание средств и методов нравственного воспитания. Воспитание волевых качеств: средства, методы, особенности методики организации занятий. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать таблицу «Основные волевые качества и особенности их проявления в избранном виде спорта». |
| | <i>Тема Обучение в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта</i> |
| 3.2 | <i>Самостоятельная работа:</i> Изучить тему «Обучение в системе спортивной подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта»: разработать схему «Закономерности, правила и принципы обучения в тренировке юных спортсменов». |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать алгоритм обучения технике в избранном виде спорта. Описать ошибки, допускаемые юным спортсменом при формировании основных элементов в избранном виде спорта. |
| | <i>8 семестр</i> |
| 4 | Раздел Методика спортивной тренировки юных спортсменов в избранном виде спорта |
| | <i>Тема Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность</i> |
| 4.1 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Физическая подготовка юных спортсменов и её возрастная направленность: основные компоненты тренировочного воздействия, средства и методы воспитания физических способностей. Форсирование подготовки юных спортсменов: проблема форсирования подготовки, особенности проявления, негативные тенденции детско-юношеского спорта и их нивелирование. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Выявить основные особенности физической подготовки юных спортсменов в избранном виде спорта. |
| | <i>Тема Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов</i> |
| 4.2 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Особенности развития двигательных способностей юных спортсменов в избранном виде спорта: цель, задачи, средства и методы тренировки, методика проведения занятий. Особенности проведения тренировочных занятий с девушками, учёт физиологических и психологических факторов. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Описать основные компоненты тренировочного процесса в избранном виде спорта. |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Перечислить основные гендерные особенности спортивной подготовки. |

| | |
|----------|--|
| 5 | Раздел Организация занятий и режима жизни юного спортсмена <i>Тема Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов</i> |
| 5.1 | <i>Самостоятельная работа:</i> Изучить тему «Возрастная периодизация тренировочных нагрузок юных спортсменов: возрастная периодизация на различных этапах подготовки юных спортсменов, её особенности». Составить таблицу «Признаки, отражающие степень биологического и физического развития юных спортсменов и их характеристики». |
| | <i>Тема Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена</i> |
| 5.2 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Методика организации учебно-тренировочного занятия и организация режима жизни и деятельности юного спортсмена: особенности проведения игровой и круговой спортивных тренировок; дневной режим и питание, закаливание организма. <i>Самостоятельная работа:</i> Разработать схему проведения круговой тренировки равномерным, интервальным и круговым методами. |
| | <i>Тема Контроль и коррекция спортивной подготовки</i> |
| 5.3 | <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Контроль и коррекция спортивной подготовки: педагогическое наблюдение, тестирование спортивной подготовленности юных спортсменов в избранном виде. Коррекция спортивной подготовки юных спортсменов на основе анализа соревновательной деятельности. <i>Самостоятельная работа:</i> Охарактеризовать контрольные испытания и тесты по оценке специальной физической подготовленности юных спортсменов в избранном виде спорта. Изучить вопрос «Определение особенностей биологического и физического развития юных спортсменов в избранном виде спорта» и разработать схему определения биологического развития юного спортсмена по внешним признакам. |

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки / Т. Бомпа, К. Бузичелли. – М.: Спорт, 2016. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/55562.html>
2. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник / Л.В.Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2002.
3. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 5-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/98647.html>.
4. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры;/ Г. Н. Германов. 2-е изд., перераб. и доп. - М: Юрайт, 2017.
5. Интегративный подход в управлении подготовкой лыжников-двоеборцев: учеб.-метод. пособие / А.И. Попова, А.Е. Ардашев, В.Я. Гельмут, В.Н. Чумаков, В.А. Ветров, О.С. Зданович; под общ. ред. А.И. Поповой: - Пермь, «ОТ и ДО», 2015.
6. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детского-юношеского спорта : учебник для вузов / В.Г. Никитушкин. — Москва: Издательство «Спорт», 2021. — 328 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110431.html>.

6.1.2 Дополнительная литература

7. Гаврилова, Е. А. Безопасный спорт. Настольная книга тренера. / Е. А. Гаврилова. - Москва : ООО"Принтлето", 2022. - 512 с. : ил. - ISBN 978-5-6047734-8-2. – 10 экз.
8. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной подготовки: монография / В.Б.Иссурин. – М.: Советский спорт, 2010.
9. Иссурин, В. Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов / В. Б. Иссурин, В. И. Лях. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-907225-16-9. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94127.html>.
10. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Настольная книга тренера / под ред. Г. А. Макаровой. – Москва : ООО «Принтлето», 2022. – 512 с. – 10 экз.
11. Платонов, В. Н. Основы подготовки спортсмена. Настольная книга тренера : в 2х томах / В. Н. Платонов. – Москва : ООО «Принтлето», 2021. – 10 экз.

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 Windows10 Pro |
| 2. | Операционная система Windows 7 Professional |
| 3. | Операционная система Windows 8 Pro |
| 4. | Операционная система Windows 8.1 Pro |
| 5. | Операционная система Windows Server 2008 |
| 6. | Операционная система Windows Server 2012 |
| 7. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard |
| 8. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard |
| 9. | Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard |
| 10. | ABBY FineReader 11 Corporate Edition |
| 11. | Kaspersky Endpoint Security 11 |
| 12. | Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4) |
| 13. | VideoStudio Pro X4 License (1 - 10) |
| 14. | Astra LinuxSpecial Edition |
| 15. | СПС Консультант-плюс |
| 16. | Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия) |
| <i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i> | |
| 17. | Яндекс Браузер |
| 18. | Kinovea |
| 19. | STDUViewer |
| 20. | Telegram |

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| <i>Электронно-библиотечные системы</i> | | <i>Ссылка на ресурс</i> |
|--|--|---|
| 1. | Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) | http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp |
| 2. | Электронно-библиотечная система IPRbooks | https://www.iprbookshop.ru/?&a |
| 4. | Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс] | http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/ |
| 5. | Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс] | http://bmsi.ru/ |
| 6. | 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> |
|--|--|
| аудитория № 202 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67. | 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система, микрофон, усилитель, беспроводной усилитель. |
| аудитория № 102 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, | 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук; 3. Материалы, учитывающие требования международных стандартов WS. |

| | |
|--|--|
| <p>ул. Ленина, д.67. аудитория № 102А учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная стол для лиц с нарушениями опорного аппарата (ОДА)), стол преподавателя, стул преподавателя); 2. Технические средства обучения: интерактивная доска, проектор, ноутбук, колонки. |
| <p>аудитория № 111 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, колонки. |
| <p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии. |