

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 03.03.2022 13:29:31
Уникальный программный код:
c914df807d771447164c08e317f8e3f831de816b

Министерство образования и науки Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.05 «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Уровень высшего образования
Направление подготовки
Профиль подготовки
Формы обучения

Бакалавриат
44.03.01 Педагогическое образование
Физическая культура и спорт
Заочная

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика тренерской деятельности». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2019. – 13 с.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Автор: кандидат педагогических наук, О.П. Власова
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности
и физической культуры

Рецензент: кандидат педагогических наук, доцент А.В. Неймышев

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «15» октября 2019г., протокол № 3.

Заведующий кафедрой Т.Н. Дейкова

Рекомендована к печати методической комиссией факультета спорта и безопасности жизнедеятельности «9» октября 2019 г., протокол № 2.

Председатель методической комиссии ФСБЖ Л. А. Сорокина

Главный специалист отдела информационных ресурсов О. В. Левинских

Декан ФСБЖ А.В. Неймышев

© Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2019.
© Власова О.П., 2019.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Результаты освоения дисциплины.....	4
4. Структура и содержание дисциплины.....	5
4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы.....	5
4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины.....	5
4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины.....	6
4.4. Практические занятия.....	7
5. Образовательные технологии.....	7
6. Учебно-методические материалы	7
6.1 Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий.....	7
6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента	8
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	9
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	9

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно решать организационно-методические, научные, педагогические задачи в профессиональной деятельности тренера.

Задачи:

Сформировать знания:

- о теоретических и организационно-правовых основах в области тренерской деятельности;
- о методических основах организации и проведения тренировочных занятий; организации и проведение спортивных мероприятий;
- о мерах профилактики и травматизма и правилах безопасности при проведении тренировочных занятий и спортивных мероприятий.

Сформировать умения:

- разрабатывать тренировочные программы для спортсменов разного уровня квалификации;
- организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к спортивной деятельности в рамках урочной и внеурочной форм занятий
- разрабатывать документы планирования для организации, проведения тренировочных занятий и спортивно-массовых мероприятий;
- организовывать тренировочные занятия, направленные на развитие спортивного мастерства, используя современные средства и методы спортивной подготовки.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика тренерской деятельности» входит в базовую часть Методического модуля Б1.О.05. образовательной программы подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура и спорт». Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на втором курсе (зимней и летней сессии) студентами заочной формы обучения.

Изучение дисциплины базируется на освоении дисциплины, «Биомеханика двигательной деятельности», «Избранные виды спорта с методикой преподавания», «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности».

Дисциплина «Теория и методика тренерской деятельности» методически связана с курсами «Теория и методика обучения физической культуры»/

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- УК-6 - Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
- ОПК-2 - Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)
- ОПК-7 - Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ
- ПК-1 - Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий

ПК-2 - Способен осуществлять педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения метапредметных, предметных и личностных результатов

ПК-4 - Способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зач. ед. (180 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице 1.

Таблица 1

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения	
	Заочная	
	Зимняя сессия	Летняя сессия
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	180	
Контактная работа , в том числе:		
Лекции	6	6
Практические занятия	4	4
Самостоятельная работа , в том числе:		
Изучение теоретического курса	98	58
Контроль	4	
Промежуточный контроль – зачет с оценкой		

4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины

Таблица 2

Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самост. работа	Формы текущего контроля успеваемости
		Лекции	Практич. занятия	Из них в интеракт. форме		
2курс, Зимняя сессия						
1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности	54	2	2	-	50	Обсуждение в микрогруппах
2. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание	54	4	2	-	48	Обсуждение в микрогруппах
Всего в зимней сессии	108	6	4		98	
2курс, Летняя сессия						
3. Методические основы планирования в тренерской деятельности	34	2	2	-	30	Проектирование рабочей программы спортивной подготовки. Оценка годового тренировочного плана, плана-

						графика
4. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации	34	4	2	-	28	Моделирование тренировочного занятия (спортивного, воспитательного мероприятия) Оценка организации тренировочного занятия (план-конспект тренировочного занятия, проект спортивного воспитательного мероприятия)
Всего в летнюю сессию	68	6	4		58	
Подготовка и сдача зачета	4					
Всего по дисциплине	180	12	8		156	

4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины

Тема 1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности (2 часа)

Лекция 1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности (2 часа). Развитие спортивной и тренерской деятельности в России. Основные понятия тренерской деятельности. Критерии классификации тренеров, требования. Спортивное законодательство в области тренерской деятельности.

Практическое занятие 1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки

3. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки

Домашнее задание:

Задание 1: Ознакомиться с приложениями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта (на выбор), раскрывающими требования и особенности проектирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки. Выполнить сравнительный анализ структуры годичного цикла, режимов тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки на разных этапах подготовки. Представить сравнительный анализ. Принять участие в обсуждении на практическом занятии.

Тема 2. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание (4 часа)

Лекция 2, 3. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание (4 часа). Профессиональные аспекты работы тренера (научная, методическая, проектировочная, преподавательская, организационная и тд). Задачи и функции педагогической деятельности тренера. Стили работы тренерской деятельности. Авторитет в профессиональной деятельности тренера.

Практическое занятие 2. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Трудовые функции в профессиональной деятельности тренера (функциональная карта)
3. Трудовые действия, необходимые знания и умения для осуществления профессиональной деятельности тренера

Задание 1: Ознакомиться с приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер». Проанализировать трудовые функции, а также знания и умения для их реализации с профессиональной деятельности тренера. Принять участие в обсуждении на практическом занятии.

Тема 3. Методические основы планирования в тренерской деятельности (2 часа)

Лекция 4. Методические основы планирования в тренерской деятельности (2 часа). Сущность, структура и функции планирования в тренерской деятельности. Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет. Методика планирования, разработка документов (Рабочая программа, годовой тренировочный план, план-график распределения часов по видам подготовки, конспект тренировочного занятия, сценарий и положение проведения спортивно-массового мероприятия). Обеспечение проведения тренировочного процесса.

Практическое занятие 3. Методические основы планирования в тренерской деятельности (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Требования к рабочим программам по спортивной подготовке.
2. Структура и содержание рабочих программ.
3. Практический разбор материала и проектирование рабочей программы по спортивной подготовке по виду спорта (на выбор) для групп начальной подготовки (тренировочных групп и групп высшего спортивного мастерства).

Домашнее задание: Подготовить проект рабочей программы спортивной подготовки по виду спорта (на выбор).

Задание. Работа в группах по 3-5 человек. Составить план-график распределение часов по видам подготовки на тренировочный год для групп НП. Сделать доклад. Принять участие в обсуждении.

Тема 4. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации (6 часов)

Лекция 5, 6. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации (4 часа)

Анализ макроструктуры, мезоструктуры и микроструктуры подготовки спортсменов разной квалификации. Взаимосвязь видов тренировочной и внутренировочной деятельности в системе подготовки спортсменов разной квалификации. Методика измерения и оценка эффективности тренировочной и внутренировочной нагрузки. Планирование и моделирование тренировочной и внутренировочной деятельности.

Практическое занятие 4. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Основные организационные формы тренировочной и внутренировочной деятельности
2. Структура и содержание тренировочных и внутренировочных форм занятий со спортсменами разной квалификации
3. Проектирование тренировочных и внутренировочных занятий со спортсменами разной квалификации

Домашнее задание: Задание на выбор. Составить план тренировочного занятия Составить план мероприятия спортивно-массового (воспитательного) мероприятия (Свеча памяти, День здоровья, Спорт для всех). Разработать сценарий.

Задание: Спроектировать содержание (план) тренировочного (внетренировочного) занятия по предложенной теме (модальное, контрольное, учебное, соревновательное и тд занятие). Представить проект. Обсудить

4.4. Практические занятия

Таблица 3

Тематика практических заданий

№ темы	Наименование практических работ	Кол-во аудиторн. часов
Тема 1	На основе изучения ФССП по виду спорта (на выбор) представить сравнительный анализ структуры годичного цикла, режимов тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки на разных этапах подготовки. Обсуждение в группах	2
Тема 2	Ознакомиться с приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер». Проанализировать трудовые функции, а также знания и умения для их реализации с профессиональной деятельности тренера. Обсуждение в группах	2
Тема 3	Проанализировать содержание рабочей программы спортивной подготовки по виду спорта для групп начальной подготовки. Составить план-график распределение часов по видам подготовки на тренировочный год для групп НП. Сделать доклад. Принять участие в обсуждении.	2
Тема 4	Спроектировать содержание (план) тренировочного (внетренировочного) занятия по предложенной теме (модальное, контрольное, учебное, соревновательное и тд занятие). Представить проект. Обсудить	2

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Процесс обучения по дисциплине «Теория и методика тренерской деятельности» построен с использованием традиционного подхода, при котором в ходе лекций раскрываются наиболее общие теоретические вопросы, формируются основы теоретических знаний по дисциплине, а на практических занятиях ведется работа по усвоению практических умений, касающихся разработки тренировочных программ, документов планирования, а также организации занятий.

Для формирования компетенций используются следующие технологии:

- обучение в сотрудничестве (совместная разработка и представление цикла занятий с последующим обсуждением результатов работы на занятиях в группе);
- разбор и анализ конкретных педагогических ситуаций (проектирование и моделирование ситуаций и поиск решения с помощью применения методических приемов обучения, воспитания и организации обучающихся).

В процессе освоения дисциплины предусмотрено интерактивное (диалоговое и дискуссионное) построение практических занятий:

- обсуждение, анализ и оценка выступлений студентов;
- обсуждение, анализ и оценка представленных разработок (проектов программ, конспектов занятий).

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий

Тема 1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности (2 часа)

Практическое занятие 1. Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Структура и содержание федерального стандарта спортивной подготовки
3. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки

Домашнее задание:

Задание 1: Ознакомиться с приложениями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта (на выбор), раскрывающими требования и особенности проектирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки. Выполнить сравнительный анализ структуры годичного цикла, режимов тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки на разных этапах подготовки. Представить сравнительный анализ. Принять участие в обсуждении на практическом занятии.

Литература:

1. Приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».
2. Приказ Минспорта РФ «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта». Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта (на выбор).
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Тема 2. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание (4 часа)

Практическое занятие 2. Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Трудовые функции в профессиональной деятельности тренера (функциональная карта)
3. Трудовые действия, необходимые знания и умения для осуществления профессиональной деятельности тренера

Задание 1: Ознакомиться с приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер». Проанализировать трудовые функции, а также знания и умения для их реализации с профессиональной деятельности тренера. Принять участие в обсуждении на практическом занятии.

Литература:

1. Приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».
2. Приказ Минспорта РФ «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта». Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта (на выбор).
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Тема 3. Методические основы планирования в тренерской деятельности (2 часа)

Практическое занятие 3. Методические основы планирования в тренерской деятельности (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Требования к рабочим программам по спортивной подготовке.
2. Структура и содержание рабочих программ.
3. Практический разбор материала и проектирование рабочей программы по спортивной подготовке по виду спорта (на выбор) для групп начальной подготовки (тренировочных групп и групп высшего спортивного мастерства).

Домашнее задание: Подготовить проект рабочей программы спортивной подготовки по виду спорта (на выбор).

Задание. Работа в группах по 3-5 человек. Составить план-график распределение часов по видам подготовки на тренировочный год для групп НП. Сделать доклад. Принять участие в обсуждении.

Литература:

1. Аксенов М.О. *Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта с учетом генетических особенностей: диссертация ... доктора Педагогических наук: 13.00.04 / Аксенов Максим Олегович: ФГБОУ ВО Бурятский государственный университет, 2017.- 407 с.*

2. Барчуков, И. С. *Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)*

4. Иванов, С. А. *Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.*

4. Кузнецов, В.С. *Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика : пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Просвещение, 2014. – 80 с.*

5. Озолин, Н.Г. *Настольная книга тренера. Наука побеждать: пособие для тренеров и спортсменов / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ, 2011. – 494 с.*

Тема 4. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации (6 часов)

Практическое занятие 4. Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации (2 часа)

Учебные вопросы:

1. Основные организационные формы тренировочной и внутренировочной деятельности
2. Структура и содержание тренировочных и внутренировочных форм занятий со спортсменами разной квалификации
3. Проектирование тренировочных и внутренировочных занятий со спортсменами разной квалификации

Домашнее задание: Задание на выбор. Составить план тренировочного занятия Составить план мероприятия спортивно-массового (воспитательного) мероприятия (Свеча памяти, День здоровья, Спорт для всех). Разработать сценарий.

Задание: Спроектировать содержание (план) тренировочного (внутренировочного) занятия по предложенной теме (модальное, контрольное, учебное, соревновательное и тд занятие). Представить проект. Обсудить

Литература:

1. Аксенов М.О. *Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта с учетом генетических особенностей: диссертация ... доктора Педагогических наук: 13.00.04 / Аксенов Максим Олегович: ФГБОУ ВО Бурятский государственный университет, 2017.- 407 с.*

2. Барчуков, И. С. *Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)*

4. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.

4. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика : пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Просвещение, 2014. – 80 с.

5. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать: пособие для тренеров и спортсменов / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ, 2011. – 494 с.

6.2. Задания для организации самостоятельной работы студента

Таблица 4

Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Темы занятий	Количество часов			Содержание самост-ой работы	Формы контроля СРС
		всего	аудит	самост		
1	Организационно-правовые основы в области тренерской деятельности	54	4	50	Ознакомится с нормативно-правовыми документами материалом. Провести сравнительный анализ структуры годового цикла, режимов тренировочной работы, предельные тренировочные нагрузки на разных этапах подготовки.	Анализ и обсуждение на практическом занятии в микрогруппах
2	Профессиональная деятельность тренера. Задачи, функции, содержание	54	6	48	Проанализировать трудовые функции, а также знания и умения для их реализации с профессиональной деятельности тренера.	Анализ и обсуждение на практическом занятии в микрогруппах
3	Методические основы планирования в тренерской деятельности	34	4	30	Подготовить проект рабочей программы спортивной подготовки по виду спорта (на выбор). Составить план-график	Проверка проекта рабочей программы спортивной подготовки. Оценка годового тренировочного плана, плана-графика. Обсуждение

					распределение часов по видам подготовки на тренировочный год для групп НП.	
4	Теоретико-методические основы тренировочной и внутренировочной деятельности со спортсменами разной квалификации	34	6	28	Составить план тренировочного занятия. Составить план мероприятия спортивно-массового (воспитательного) мероприятия (Свеча памяти, День здоровья, Спорт для всех). Разработать сценарий. Спроектировать содержание (план) тренировочного (внутренировочного) занятия по предложенной теме (модальное, контрольное, учебное, соревновательное и тд занятие). Представить проект.	Проверка на практическом занятии моделирование тренировочного занятия (спортивного, воспитательного мероприятия) Оценка организации тренировочного занятия (план-конспект тренировочного занятия, проект спортивного воспитательного мероприятия)
	Контроль	4				
	Всего:	180	20	156		

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Литература

Основная:

Литература:

1. Аксенов М.О. Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в тяжелоатлетических видах спорта с учетом генетических особенностей: диссертация ... доктора Педагогических наук: 13.00.04 / Аксенов Максим Олегович: ФГБОУ ВО Бурятский государственный университет, 2017.- 407 с.

2. Барчуков, И. С. Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

4. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.

4. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика : пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Просвещение, 2014. – 80 с.

5. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать: пособие для тренеров и спортсменов / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ, 2011. – 494 с.

Дополнительная:

1. Голомазов, С.В. Футбол: Теоретические основы и методика контроля технического мастерства / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. — М.: СпортАкадемПресс, 2000.

2. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В.М. Зацюрский. 3-е изд. — М.: Советский спорт, 2009, 200 с.

3. Суслов Ф.П. Теория и методика спорта: учеб. пособие для училищ олимпийского резерва / Ф.П. Суслов, Ж.К. Холодов, В.П. Филин. — М., 1997, 416 с.

4. Теория и методика физической культуры / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшин. — М.: Советский спорт, 2003, 464 с.

Периодические издания:

Журнал «Теория и практика физической культуры».

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекционная аудитория.
2. Компьютер (ноутбук).
3. Телевизор.
4. Мультимедиапроектор.
5. Презентации к лекциям и практическим занятиям.