

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 03.05.2022 15:29:42
Уникальный программный идентификатор:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство науки и высшего образования 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

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УМР
_____ Л. П. Филатова
« ____ » _____ 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.06.02 «ИЗБРАННЫЕ ВИДЫ СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ»

Уровень высшего образования
Направление подготовки
Профиль подготовки
Форма обучения

Бакалавриат
44.03.01 Педагогическое образование
Физическая культура и спорт
Заочная

Нижний Тагил
2019

Рабочая программа дисциплины «Избранные виды спорта с методикой преподавания». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2019. – 23 с.

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

Автор:	кандидат химических наук, доцент, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры	Т.Н. Дейкова
--------	---	--------------

Рецензент:	кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры	О.П. Влдасова
------------	---	---------------

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культу
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.

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.....	4
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.....	7
4.4. Практические занятия.....	10
5. Образовательные технологии.....	10
6. Учебно-методические материалы	
....6.1 Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий.....	10
6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента	14
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	16
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	16

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование у студентов компетенций, обеспечивающих использование полученных знаний, умений и опыта практической деятельности бакалавра в сфере физической культуры и спорта.

Задачи:

- сформировать у студентов знания и умения о теории и методике тренировочных занятий в избранном виде спорта.
- сформировать у студентов знания и умения организации тренировочного процесса в избранном виде спорта с учетом половозрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей;
- сформировать у студентов знания и умения по профилактике спортивного травматизма и оказанию первой помощи.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Избранные виды спорта с методикой преподавания» Б1.О.06.02 входит в базовую часть образовательной программы подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование в предметно-содержательный модуль. Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на первом третьем курсах (2-6 семестры).

Для освоения дисциплины «Избранные виды спорта с методикой преподавания» используются знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения дисциплин «Теоретические основы физической культуры», «Базовые виды спорта с методикой преподавания». Освоение данной дисциплины является основой для последующего изучения дисциплин профильной подготовки, дисциплин по выбору студентов, прохождения педагогической практики, подготовки к итоговой государственной аттестации.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование и развитие следующих компетенций:

ПК-3 - Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса;

ПК-7 - Способен использовать теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в предметной области (в соответствии с профилем обучения) и в области образования.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- дидактические закономерности в избранном виде спорта;
- психолого-педагогические закономерности развития физических качеств и двигательных умений субъектов профессиональной физкультурно-спортивной деятельности;
- объективные связи обучения, воспитания и развития личности в процессе занятий избранным видом спорта;
- специфику организации и проведения занятий по избранному виду спорта в различных образовательных учреждениях РФ;
- специфику деятельности тренера;
- основы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

- технологию проведения научных исследований в избранном виде спорта.

Уметь:

- использовать в профессиональной деятельности по избранному виду спорта передовые приемы обучения и воспитания;
- работать с документами планирования в избранном виде спорта;
- владеть основными элементами технологии в избранном виде спорта;
- подбирать средства, методы и методические приемы обучения избранному виду спорта с учетом готовности обучающихся;
- подбирать адекватные средства и методы развития физических способностей детей;
- находить ошибки, определять их причины при исполнении специфических упражнений в избранном виде спорта и устранять их;
- подбирать методы научно-педагогических исследований согласно поставленной цели и задачам;
- с позиций достижений педагогической науки и передовой практики изучать коллективные и индивидуальные особенности занимающихся в избранном виде спорта.

Владеть навыками:

- ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);
- проектной, исследовательской и инновационной деятельности в образовании;
- разработки и выполнения наглядных пособий, в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 10 зач. ед. (360 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице.

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Всего	2 семестр	4 семестр	6 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	360	180	108	72
Контактная работа, в том числе:	30	10	10	10
Лекции	18	6	6	6
Практические занятия	12	4	4	4
Самостоятельная работа, в том числе:	322	166	98	58
Изучение теоретического курса	314	162	98	54
Зачет с оценкой		4		4

4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины

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*		
1 курс (2 семестр)						
Тема 1. Спорт: типы, виды, функции. Спорт в	45		2		43	Обсуждение в микрогруппах

системе физкультурного образования: общего и профессионального						
Тема 2. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	45	2	2		41	Составление положения о соревновании по виду спорта и его обсуждение.
Тема 3. Характеристики избранного вида спорта (физкультурно-оздоровительной деятельности), терминология, классификация.	45	2	2		41	Обсуждение в микрогруппах
Тема 4. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания	45			4	41	Представить рабочую программу по виду спорта для этапа НП
Зачет с оценкой					4	
Итого:	180	6	4		170	
2 курс (4 семестр)						
Тема 5. Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков	38	2	2	2	34	Обсуждение на практическом занятии. Составление схемы последовательности изучения техники
Тема 6 Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков.	38	2	2	2	34	Обсуждение на практическом занятии. Составление схемы последовательности изучения тактики.
Тема 7. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической	32	2			30	Моделирование учебно-тренировочных занятий.

подготовки с учетом специфики вида спорта						
	108	6	4		98	
3 курс (6 семестр)						
Тема 8. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте.	18		2		16	Моделирование педагогического и врачебного контроля на учебно-тренировочном занятии.
Тема 9. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах	18	2	2	2	14	Работа с программами разных этапов спортивной подготовки на примере вида спорта.
Тема 10. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта)	18	2		2	16	Обсуждение на практическом занятии
Тема 11. Управление процессом подготовки спортсменов	18	2			16	Обсуждение на практическом занятии
Зачет с оценкой					4	
Итого:	72	6	4		62	

4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины

Тема 1. Спорт: типы, виды, функции. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального.

Функции спорта в обществе; соревновательная, воспитательная, повышение физической активности, оздоровительная и рекреационно-культурная, производственная, познавательная, укрепления мира, зрелищная, экономическая, престижная. Роль спорта в решении проблемы «оздоровления нации». Организация спорта на международном, региональном и национальном уровнях.

Правила, положения, календари соревнований и квалификационные системы как организующие факторы в спорте.

Тема 2. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.

Соревнования и соревновательная деятельность. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента

соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК). Структура соревновательной деятельности. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. Соревновательная подготовка. Построение соревнований в спорте.

Тема 3. Характеристика избранного вида спорта (физкультурно-спортивной деятельности), терминология, классификация.

Основные понятия и термины в виде спорта применительно к тренировочной и соревновательной деятельности. Классификация техники вида спорта.

Классификация тактики вида спорта. Классификация средств и методов обучения тренировки. Соревновательная деятельность и система соревнований.

Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера.

Структура предмета ФСС по видам спорта, программные установки. Содержание, организация работы, требования к студентам. Связь курса ФСС с теорией и методикой физического воспитания и спорта, дисциплинами спортивно- педагогического, медико-биологического и других циклов.

Тема 4. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания.

Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. Связь тренировки с соревновательной деятельностью. Содержание и основные положения современной методики подготовки спортсменов. Циклический характер структуры тренировочного процесса. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки. Интегральная подготовка: задачи, средства, методы. Теоретическая подготовка.

Тренировочные нагрузки. Направленность тренировочного воздействия. Интенсивность нагрузки. Объем тренировочной нагрузки. Планирование тренировочных нагрузок. Характер отдыха и его продолжительность. Соревновательные нагрузки, их характеристика. Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации, количество соревнований, стартов в годичном цикле. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки.

Тема 5. Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков.

Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности. Классификация техники в избранном виде спорта. Характеристики техники (на материале избранного вида спорта). Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. Совершенствование спортивно-технического мастерства.

Тема 6. Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков

Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности единство. Организация коллективных и индивидуальных действий. Технология обучения тактике. Задачи, средства, методы тактической подготовки. Совершенствование тактического мастерства. Совершенствование тактических действий в различных условиях. Тактическое мастерство.

Тема 7. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки с учетом специфики вида спорта

Технологии физической подготовки. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов. Критерии физической подготовленности спортсменов. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества», «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорта и формы их проявления в избранном виде спорта, учет физиологических закономерностей их развития. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок.

Тема 8. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте.

Определение понятий «утомление», «восстановление» и «суперкомпенсация». Определение фаз восстановления по данным ЧСС. Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления. Классификация средств восстановления: педагогических, психологических, медикобиологических. Питание спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта. Средства восстановления в спорте. Использование витаминов. Применение фармакологических средств восстановления. Профилактико-реабилитационные мероприятия.

Тема 9. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.

Основные этапы многолетней спортивной деятельности и особенности спортивной подготовки на отдельных этапах. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденции развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе многолетней подготовки спортсменов. Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация работы. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Доступность массового использования спорта в широком возрастном диапазоне. Занятия в общеобразовательных школах, в средних специальных учебных заведениях, вузах, производственных коллективах, по месту жительства, в местах отдыха трудящихся: содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.

Тема 10. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта).

Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях (спорт высших достижений, подготовка спортивных резервов, массовый спорт). Модельные характеристики соревновательной и тренировочной деятельности спортсменов. Начальный отбор для занятий видом спорта. Углубленный отбор с дифференциацией спортсменов (по избранному виду спорта) на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, методы и организация. Отбор для участия в ответственных соревнованиях: задачи, методы, организация

Тема 11. Управление процессом подготовки спортсменов.

Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов. Информационное обеспечение управления. Прогнозирование и моделирование в управлении, использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности.

Содержание модельных характеристик по основным компонентам соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации. Оценки эффективности соревновательной деятельности, критерии эффективности с учетом специфики вида спорта. Содержание нормативных требований по технической, тактической, физической, интегральной подготовке для спортсменов различного возраста и уровня спортивного мастерства.

Планирование как функция управления. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетнем аспекте, в годичном цикле, средних и малых циклах, отдельных тренировочных занятиях. Типы малых и средних циклов подготовки в зависимости от задач этапов подготовки, характера тренировочных нагрузок.

Комплексный контроль как функция управления. Содержание комплексного контроля. Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля. Роль и значение специальной информации в работе тренера и спортсмена. Информационные документы тренера и спортсмена. Обобщение и анализ информационных документов тренера и спортсмена. Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсменов. Реализация документов программирования подготовки спортсменов.

4.4. Практические занятия

Таблица 3.

Тематика практических заданий

№ темы	Наименование практических работ	Количество аудиторных часов
Тема 2.	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	2
Тема 3.	Характеристики избранного вида спорта (физкультурно-оздоровительной деятельности), терминология, классификация.	2
Тема 5.	Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков	2
Тема 6.	Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков.	2
Тема 8.	Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте	2
Тема 9.	Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах	2

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «Физическая культура» в программе данного курса предусмотрено использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, разбор и анализ конкретных педагогических ситуаций (кейс-технологии), технологии группового обучения, проектирование учебно-тренировочных занятий, информационные технологии). Эти технологии в сочетании с внеаудиторной работой решают задачи формирования и развития профессиональных умений и навыков обучающихся, как основы профессиональной компетентности в сфере образования.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

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

1. Спорт: типы, виды, функции. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального образования.

Задание:

1. Разобрать классификацию видов и типов спорта.
2. Систематизировать все виды классификации в таблицу.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517с
3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.
4. [Гришина Ю. И.](#) Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.

2. Характеристики избранного вида спорта (физкультурно-оздоровительной деятельности), терминология, классификация.

Задание:

1. Характеристика базовых двигательных действий в избранном виде спорта.
2. Физические качества, преимущественно развиваемые в избранном виде спорта.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).
3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.
4. [Гришина Ю. И.](#) Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.
5. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с.

3. Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков.

Задание:

1. Разобрать техническую подготовку на примере избранного вида спорта.
2. Представить в группе последовательность изучения технических действий в избранном виде спорта.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).
3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.
4. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248, [1] с.

4. Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков.

1. Разобрать тактическую подготовку на примере избранного вида спорта.

2. Представить в группе последовательность изучения тактических действий и комбинаций в избранном виде спорта.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. – М.: изд. центр «Академия», 2007.

2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).

3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.

4. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.

5. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

5. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки с учетом специфики вида спорта.

1. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию гибкости.

2. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию координации.

3. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию быстроты.

4. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию ловкости.

5. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию выносливости.

6. Разработать комплекс специальных упражнений по видам спорта, способствующих развитию быстроты.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. – М.: изд. центр «Академия», 2007.

2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).

3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.

4. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.

5. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

6. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте.

Задание:

1. Проведение педагогического контроля на учебно-тренировочном занятии при воздействии различных видов нагрузок. Хронометрирование. Пульсметрия.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. – М.: изд. центр «Академия», 2007.

2. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.

3. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

7. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.

Задание:

1. Изучение основных документов, по которым осуществляется тренировочный процесс в спортивной школе.
2. Составление группового и индивидуального годичного и месячного плана подготовки по избранному виду спорта.
3. Разработка годичного плана тренировок спортсмена различной подготовки по избранному виду спорта.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).
3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.
4. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.
5. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

8. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта)

Задание:

1. Разобрать методы диагностики и оценки физических способностей занимающихся разного возраста.
2. Провести диагностику и оценку физических способностей занимающихся на примере студенческой группы.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.
3. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

9. Управление процессом подготовки спортсменов

Задание:

1. Рассмотреть роль и личность тренера в тренировочном процессе.
2. Составить конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта согласно разделу рабочей программы.

Литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. и препод. высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры. –М.: изд.центр «Академия», 2007.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: техника, тактика, методика обучения. - Москва: Академия, 2004. - 517, [1] с.: ил. - (Высшее образование).

3. Спортивные игры : правила, тактика, техника : [учеб. пособие] / [под ред. Е. В. Коневой]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 443 с.
4. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка [Текст]: знать и уметь: учеб. Пособие для вузов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 248 с.
5. . Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать [Текст] / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд. Астрель», 2004, 863 с

6.2. Задания для организации самостоятельной работы студента

Таблица 4.

Самостоятельная работа студентов

Темы занятий	Количество часов			Содержание самостоятельной работы	Формы контроля СРС
	Всего	Аудит ор-ных	Самосто-ят. работы		
Тема 1. Спорт: типы, виды, функции. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального	45	2	43	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой по теме.	Опрос на практическом занятии
Тема 2. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	45	4	41	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой по теме 2.. Изучение нормативно-правовых документов.	Опрос на практическом занятии. .
Тема 3. Характеристики избранного вида спорта (физкультурно-оздоровительной деятельности), терминология, классификация.	45	4	41	1.Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. 2. Изучение календарных графиков соревнований. 3. Изучение положения о соревновании по виду спорта.	Проверка на практическом занятии.
Тема 4. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания	45	4	41	1. Подбор игровых упражнений для детей среднего школьного возраста. 2. Составление конспекта урока с применением подвижных игр. 3. Составление картотеки подвижных игр.	Проверка на практическом занятии. Проверка конспекта. Проверка картотеки подвижных игр
Тема 5. Спортивная техника. Классификация техники. Технология	38	4	34	1. Подбор игровых упражнений для детей среднего	Проверка на практическом занятии.

обучения. Совершенствование навыков				школьного возраста. 2. Составление конспекта урока с применением подвижных игр. 3. Составление картотеки подвижных игр.	Проверка конспекта. Проверка картотеки подвижных игр
Тема 6 Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков.	38	4	34	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. 2. Обзор физической, технической подготовки в избранном виде спорта.	Проверка на практическом занятии. Экзамен.
Тема 7. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки с учетом специфики вида спорта	32	2	30	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. 2. Обзор физической, тактической подготовки в избранном виде спорта.	Проверка на практическом занятии. Экзамен.
Тема 8. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте.	18	2	16	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. 2. Изучение документации ДЮСШ	Проверка на практическом занятии.
Тема 9. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах	18	2	16	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. 2. Изучение методик тренировок в избранным видам спорта.	Проверка на практическом занятии.
Тема 10. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта)	18	4	14	1. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой	Проверка на практическом занятии. Экзамен
Тема 11. Управление процессом подготовки спортсменов	18	2	16	1. Разработка модельных тренировочных занятий различной направленности и по уровню воздействия на организм	

				занимающихся. 2. Варианты расчетов основных параметров тренировки спортсменов различной квалификации	
Итого	360	30	330		

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Основная литература

1. Кузьменко, Г.А. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена: Программа элективного курса для основного общего образования [Электронный ресурс] / Г.А. Кузьменко, К.М. Эссеббар. — Электрон. дан. — Москва: МПГУ, 2013. — 140 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/70052>.

2 Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры (избранные лекции) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева. — Электрон. дан. — Кемеров: КемГУ, 2016. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92362>.

3. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб. пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон. дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503..>

Дополнительная литература

1. Демидкина, И.А. Организация проведения учебно-тренировочных занятий по физической подготовке баскетболистов [Электронный ресурс]: учеб. пособие — Электрон. дан. — Самара: АСИ СамГТУ, 2014. — 158 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/73868>.

2. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь [Электронный ресурс]: учеб. пособие — Электрон. дан. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. — 249 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/70149>.

3. Медведева, Е.Н. Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики. Учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. — Электрон. дан. — Москва: , 2016. — 160 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/97484..>

4. Крупицкая, О.Н. Общая физическая подготовка: практикум [Электронный ресурс] / О.Н. Крупицкая, Е.С. Потовская, В.Г. Шилько. — Электрон. дан. — Томск: ТГУ, 2014. — 58 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/76740>.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Дидактическое и материально-техническое обеспечение

1. Лекционная аудитория.
2. Спортивные залы
3. Спортивный инвентарь и оборудования для различных видов спорта .
4. Компьютер (ноутбук).
5. Мультимедиапроектор.
6. Презентации к лекциям.