ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ
S/N: 16E774D691E6E8BB43B90C453EDF6726
Владелец: Исстаманова Ольга Васильевна
Должность: И.о. директора Филиала
E-mail: pedagogkmv@sspi.ru
Организация: Филиал СГПИ в г. Железноводске
Дата подписания: 31.05.2024
Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2025

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной и научной работе
_____ Т.А. Пономаренко
«28» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.05.01 Методика спортивной тренировки
(*наименование учебной дисциплины*)

Уровень основной профессиональной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль (и))
«Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности»

Форма обучения Очная

Срок освоения ОПОП 5 лет

Год начала обучения 2023

Заведующий кафедрой _____/ М.Н. Арутюнян /

Декан факультета _____/ Э.С. Таболова /

Железноводск, 2024 г.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с учебным планом по соответствующей образовательной программе

Автор (ы)-разработчик (и) Ярлыкова О.В., доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

ФИО, должность, ученая степень, звание

«Согласовано»
Заведующий выпускающей кафедрой
АрутюнянМ.Н.,
кандидат философ.наук

ФИО, ученая степень, звание, подпись

«28» мая 2024 г.

«Согласовано»
И.о. заведующего
библиотекой
Клименко А.В.

ФИО, подпись

«28» мая 2024 г.

Содержание

1. Цель и задачи, дисциплины 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....4
4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы……...6
5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий.....6
6. Контроль качества освоения дисциплины……..7
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины……...9
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы 9
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины 10
Приложения……..12

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Методика спортивной тренировки» является формирование системы знаний, навыков и умений в области спорта, необходимых будущему педагогу физической культуры.

Задачи дисциплины:

- дать студентам знания о современной системе спортивной тренировки;
- научить их методике планирования учебно-тренировочной работы;
- научить обучающихся разрабатывать учебно-тренировочные планы.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Методика спортивной тренировки» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1, является дисциплиной по выбору модуля теоретико-методических основ физической культуры и спорта

Для освоения учебного материала по дисциплине используются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Общая теория спорта», «Теория физической культуры и спорта», «Методика обучения и воспитания физической культуре».

Знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: «Педагогическое мастерство учителя физической культуры», «Педагогическое мастерство тренера», а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки к государственной итоговой аттестации.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные компетенции		
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Умеет определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
	УК-7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Демонстрирует владение технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
ПК-6 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном	ПК- 6.1 Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Способен применять меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.

процессе и внеурочной деятельности		

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы 108 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			8
Контактные часы	**Всего:**	**56,5**	**56,5**
	Лекции (Лек)	22	22
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	32	32
	Лабораторные занятия (Лаб)		
	Индивидуальные занятия (ИЗ)		
Промежуточная аттестация	Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)	0,5	0,5
	Консультация к экзамену (Конс)	2	2
	Курсовая работа (Кр)		
Самостоятельная работа студентов (СР)		34	34
Подготовка к экзамену (Контроль)		17,5	17,5
Вид промежуточной аттестации		Экзамен	Экзамен
Общая трудоемкость (по плану)		**108**	**108**

5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Лабораторные занятия	СРС	Всего	Планируемые результата обучения	Формы текущего контроля
Семестр 8							
Введение в дисциплину «Методика спортивной тренировки» Значение и место предмета в подготовке спортсмена.	2			6	8	УК-7 УК-8 ПК-5	Реферат
Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки						УК-7 УК-8 ПК-5	Собеседование Реферат
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке. Функции спорта. Классификация видов	8	14		8	30		

спорта. Тема 2. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем. Тема 3. Цель, средства и принципы спортивной тренировки. Тема 4. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке. Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.							
Раздел 2. Подготовка спортсменов						УК-7 УК-8 ПК-5	Собеседование
Тема 1. Спортивная подготовленность и пути ее достижения. Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.	8	12		10	30		
Раздел 3. Периодизация спортивной тренировки.						УК-7 УК-8 ПК-5	Собеседование Реферат
Тема 1. Структура тренировочного процесса. Понятие о микро-, мезо - и макроциклах. Тема 2. Структура тренировочного занятия. Тема 3. Проблемы периодизации спортивной тренировки. Тема 4. Структура многолетней подготовки.	4	6		10	20		
Форма промежуточной аттестации экзамен					0,5 17,5	УК-7 УК-8 ПК-5	
Всего за семестр:	**22**	**32**		**34**	**108**		
Итого:	**4**	**6**		**97,7**	**108**		

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1).

6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	**сформирована частично**	**сформирована в целом**	**сформирована полностью**
«Не зачтено»	**«Зачтено»**		
«Неудовлетворительно»	**«Удовлетворительно»**	**«Хорошо»**	**«Отлично»**
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное

		отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы. Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС Филиала СГПИ в г. Железноводске.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: реферат, поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками, нормативными документами, архивными и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка сообщения (доклада, реферата, эссе); выполнение индивидуальных заданий; подготовка к практическим, семинарским, лабораторным занятиям и др.; выполнение курсовой работы, курсового проекта (если предусмотрено); подготовка к экзамену.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература:

1. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514967

2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518911

3. Бахтина, Т.Н. Физическая культура: учебное пособие. [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т.Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова. — Электрон. дан. — СПб. : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/45580

Дополнительная литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. и сред. учебных заведений. - 3-е изд., стер. - М.: Академия,2004. - 480с.

2. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: учеб. пособие для студ. высш. и сред. учеб. заведений.- Ставрополь: СГУ,2001.-224 с.

3. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для высш. учеб. заведений.- Ростов н/Д.: Феникс,2002.-384 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. и сред. учебных заведений. - 3-е изд., стер. - М.: Академия,2002. - 480с.
5. Пагиев В.Б., Арутюнян М.Н., Карапетов Г.И., Федотова Т.Д., Левикин А.Е. Физическая культура : методы преподавания и организации учебно- тренировочного процесса Учебное пособие / под общей редакцией В.Б. Пагиева, - Пятигорск: Рекламно-информационное агентство на КМВ, 2019.- 244 с.

Периодические издания:

1. Научно-теоретический журнал: Теория и практика физической культуры и спорта

Интернет-ресурсы:

Электронные библиотечные системы

№ п/п	Наименование	Адрес сайта
1.	ЭБС «Юрайт»	www.urait.ru
2.	ЭБС «Юрайт» (раздел «Легендарные книги»)	www.urait.ru
3.	Электронно-библиотечная система «Лань»	http://e.lanbook.com/

Электронные образовательные ресурсы

№ п/п	**Наименование**	**Адрес сайта**
1.	ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
2.	Научная электронная библиотека	https://elibrary.ru
3.	Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
4.	Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
5.	Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
6.	Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru
7.	Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru
8.	Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
9.	Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
10.	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
11.	Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru
12.	Цифровая образовательная платформа «Media» (LECTA), ГК «Просвещение»	https://media.prosv.ru/

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для

обучающихся и преподавателя. По заявке устанавливается мобильный комплект (ноутбук, проектор, экран, колонки).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование оснащено комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Пакеты программного обеспечения общего назначения (возможны следующие варианты:«МойОфис», «MicrosoftOffice»,«LibreOffice»,«ApacheOpenOffice»).
2. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиа контент PDF-файлов «Sumatra PDF Reader», «AdobeAcrobatReaderDC».
3. Приложение, позволяющее сканировать и распознавать текстовые документы (возможны следующие варианты: «ABBYYFineReader», «WinScan2PDF»).
4. Программа – файловый архиватор (возможны следующие варианты: «7-zip»,«WinRAR»).
5. Программадляорганизацииипроведениятестирования(возможныследующиеварианты:«Айрен»,«MytestX»).
6. Программа просмотра интернет -контента (браузер)(возможен следующий вариант:«Yandex»).

Приложение 1

Методические материалы по дисциплине
«Методика спортивной тренировки»

1.Планы практических занятий и методические рекомендации

Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки

Основные понятия в спортивной тренировке.
Функции спорта.
Классификация видов спорта.
Дать определение избирательным соревновательным упражнениям, специально подготовительным упражнениям, общеподготовительным упражнениям. Их значение.
Рассмотреть принципы спортивной тренировки.
Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.
Определить задачи контроля, виды контроля.
Значение контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями.
Назвать виды контроля за состоянием подготовленности спортсмена.
Определить цель, задачи соревнований.
Определить виды соревнований.
Определить судейскую коллегию соревнований, их функцию.
Назвать документы необходимые для проведения соревнований.
Разработать Положение о соревновании.
Разработать программу соревнований (по избранному виду спорта).
Разработать систему проведения соревнований (с выбыванием, по круговой).

Раздел 2. Подготовка спортсменов

Охарактеризовать основные стороны спортивной тренировки.
Определить основные задачи, средства.
Составить комплекс упражнений:
для общей и специальной физической подготовки
- функциональной подготовки
- воспитание моральных и волевых качеств спортсменов

Раздел 3. Периодизация спортивной тренировки

Определить структуру тренировочного процесса.
Понятие о микро-, мезо- и макроциклах.
Структура тренировочного занятия.
Определить задачи, содержание каждой части тренировочного занятия
Проблемы периодизации спортивной тренировки.
Структура многолетней подготовки.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам, логично излагает материал, умеет применить педагогические знания для решения конкретных проблем.

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал.

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания самостоятельной работы, не владеет знаниями по обязательной педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

2. Деловая игра

Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке.
Функции спорта.
Классификация видов спорта.
Основные понятия в спортивной тренировке.
Раскрыть функции спорта.
Раскрыть классификацию видов спорта.
Тема 2. Виды соревнований.
Способы проведения соревнований.
Определение спортивного результата.
Роль коллектива, морального и психологического климата в нем.
Определить цель, задачи соревнований.
Определить виды соревнований.
Определить судейскую коллегию соревнований, их функцию.
Назвать документы необходимые для проведения соревнований.
Разработать Положение о соревновании.
Разработать программу соревнований (по избранному виду спорта).
Разработать систему проведения соревнований (с выбыванием, по круговой).
Тема 3. Цель, средства и принципы спортивной тренировки.
Определить цель, охарактеризовать средства спортивной тренировки.
Дать определение понятиям «тренированность», «подготовленность», «спортивная форма».
Дать определение избирательным соревновательным упражнениям, специально подготовительным упражнениям, общеподготовительным упражнениям. Их значение.
Рассмотреть принципы спортивной тренировки.
Тема 4. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.
Определить задачи контроля, виды контроля.
Значение контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями.
Назвать виды контроля за состоянием подготовленности спортсмена.
Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.

Раздел 2. Подготовка спортсменов
Тема 1. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.
Охарактеризовать структуру тренировки. Сенситивные периоды подготовки спортсменов.
Дать характеристику этапам подготовки спортсменов.
Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка.
Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.
Охарактеризовать основные стороны спортивной тренировки. Определить основные задачи, средства.

Критерии оценки:
оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать

научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо»выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам, логично излагает материал, умеет применить педагогические знания для решения конкретных проблем.

оценка «удовлетворительно»выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал.

оценка «неудовлетворительно»выставляется студенту, который не освоил основного содержания самостоятельной работы, не владеет знаниями по обязательной педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся выполняется при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. При этом, самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу (в том числе – с использованием электронно-библиотечных систем и электронных образовательных ресурсов): подготовка студентов к занятиям, текущему и промежуточному контролю по дисциплине, закрепление знаний и отработка умений и навыков, осваиваемых во время аудиторной работы, выполнение самостоятельных заданий, определенных рабочей программой дисциплины.

4. Задания для самостоятельной работы

Наименование раздела (темы) учебной дисциплины	Формы СРС
Введение. Дисциплина «Методика спортивной тренировки» Значение и место предмета в подготовке спортсмена.	Реферирование литературных источников
Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки Основные понятия в спортивной тренировке. Функции спорта. Классификация видов спорта. Основные понятия в спортивной тренировке. Раскрыть функции спорта. Раскрыть классификацию видов спорта. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем. Цель, средства и принципы спортивной тренировки. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.	Реферирование литературных источников

Раздел 2. Подготовка спортсменов Спортивная подготовленность и пути ее достижения. Охарактеризовать структуру тренировки. Сенситивные периоды подготовки спортсменов. Дать характеристику этапам подготовки спортсменов. Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка. Охарактеризовать основные стороны спортивной тренировки. Определить основные задачи, средства.	Реферирование литературных источников
Раздел 3. Периодизация спортивной тренировки. Структура тренировочного процесса. Понятие о микро-, мезо- и макроциклах. Структура тренировочного занятия. Проблемы периодизации спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки.	Реферирование литературных источников

5. Примерные темы рефератов

1. Виды, средства и методы подготовки спортсменов
2. Спортивная тренировка.
3. Физическая подготовка спортсмена.
4. Функциональная подготовка спортсмена.
5. Тактическая подготовка спортсмена.
6. Воспитание нравственных качеств спортсмена.
7. Техническая подготовка спортсмена.
8 Теоретическая подготовка спортсмена.
9. Интегральная подготовка спортсмена.
10. Воспитание нравственных качеств спортсмена.
11. «Периодизация спортивной тренировки»
12. Цикл в спортивной подготовке. Виды циклов.
13. Структура тренировочного занятия.
14. Формы и методы организации занятия.
15.Факторы, определяющие этапы многолетней подготовки.
16.Спортивные соревнования. Виды соревнований. Техническое обеспечение и оснащенность.
17. Организация и проведения соревнований.
18. Классификация видов спорта. Функции спорта.
19. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.
20. Спортивная подготовленность и пути ее достижения. Общая и специальная физическая подготовка.

Критерии оценки реферата

Критериями оценки реферата могут выступить следующие моменты:

- в какой мере раскрывается актуальность темы;
- каков теоретический уровень суждений автора, как владеет он современными методологическими основами наук при освещении поставленных в реферате вопросов;
- соответствие структуры и содержания реферата плану;
- целостное, глубокое понимание вопросов темы или разрабатываемой проблемы;
- как удалось автору связать излагаемые в реферате вопросы теории с проблемами сегодняшнего дня, умение использовать теоретические источники и учебно-методическую литературу;
- достаточно ли проявлена автором самостоятельность в постановке вопросов, в трактовке их, есть ли в работе оригинальные мысли, свежие факты, описание лучшего опыта работы, конкретных примеров из практики, соответствующие рекомендации и предложения;
- излагается ли в реферате собственное понимание рассматриваемой проблемы, достаточна ли его аргументация;
- как оформлен реферат или доклад (объем, наличие плана, содержательность введения, полнота списка используемой литературы, наличие приложений, анализа опыта работы, схем, таблиц, диаграмм, планов, анкет и т.д.);
- имеет ли работа определенную ценность, чтобы рекомендовать ее в фонд учебных пособий по курсам.

Чаще всего реферат оценивается по 4-х балльной системе - «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Приложение 2

Оценочные материалы по дисциплине
«Методика спортивной тренировки»

1. Оценочные материалы для текущего контроля

1.1. Вопросы для собеседования

Введение в дисциплину «Методика спортивной тренировки»

Раздел 1. Общая характеристика теории и методики спортивной тренировки
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке.
Функции спорта. Классификация видов спорта.
Основные понятия в спортивной тренировке.
Раскрыть функции спорта.
Раскрыть классификацию видов спорта.
Тема 2. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем.
Определить цель, задачи соревнований.
Определить виды соревнований.
Определить судейскую коллегию соревнований, их функцию.
Назвать документы необходимые для проведения соревнований.
Разработать Положение о соревновании.
Разработать программу соревнований (по избранному виду спорта).
Разработать систему проведения соревнований (с выбыванием, по круговой).
Тема 3. Цель, средства и принципы спортивной тренировки.
Определить цель, охарактеризовать средства спортивной тренировки.
Дать определение понятиям «тренированность», «подготовленность», «спортивная форма».
Дать определение избирательным соревновательным упражнениям, специально подготовительным упражнениям, общеподготовительным упражнениям. Их значение.
Рассмотреть принципы спортивной тренировки.
Тема 4. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.
Определить задачи контроля, виды контроля.
Значение контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями.
Назвать виды контроля за состоянием подготовленности спортсмена.
Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.

Раздел 2. Подготовка спортсменов
Тема 1. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.
Охарактеризовать структуру тренировки. Сенситивные периоды подготовки спортсменов.
Дать характеристику этапам подготовки спортсменов.
Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка.
Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.
Охарактеризовать основные стороны спортивной тренировки. Определить основные задачи, средства.

Раздел 3.Периодизация спортивной тренировки.
Тема 1. Структура тренировочного процесса.
Понятие о микро -, мезо - и макроциклах.
Тема 2. Структура тренировочного занятия.

Задачи и содержание каждой части тренировочного занятия.
Подобрать физические упражнения для частей занятия избранного вида спорта.
Тема 3. Проблемы периодизации спортивной тренировки.
Охарактеризовать периоды спортивной тренировки, их содержание и продолжительность.
Тема 4. Структура многолетней подготовки.
Определить цель, задачи многолетней подготовки

Критерии оценки:
оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики групповой дискуссии, знает основные термины, фамилии ученых, исследовавших изучаемую проблему, способен анализировать и синтезировать научную литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач. Для представления своей позиции применяет аудио и видеоматериалы.
оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам групповой дискуссии, логично излагает свои мысли, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем.
оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал.

2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

2.1. Примерный перечень вопросов для экзамена.

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Общие и специальные принципы спортивной тренировки, их реализация в тренировочном процессе.
3. Понятие об эффекте тренировочных воздействий: ближайший, отставленный и кумулятивный, их отличительные признаки и взаимосвязь.
4. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе спортсменов (ординарные, жесткие и максимизирующие).
5. Характеристика принципа направленности на максимально возможные достижения, углубленную специализацию и индивидуализацию спортивной тренировки.
6. Характеристика принципа единства общей и специальной физической подготовки спортсмена, и непрерывности тренировочного процесса в подготовке спортсменов.
7. Характеристика принципа цикличности и волнообразности динамики тренировочных нагрузок.
8. Принципиальные положения постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок в подготовке спортсменов.
9. Характеристика системы подготовки спортсменов.
10. Научно-методическое, медико-биологическое и информационное обеспечение спортивной подготовки спортсменов.
11. Материально-техническое обеспечение и влияние факторов внешней среды на подготовку спортсменов.
12. Основные факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте.
13. Задачи, средства, методы, этапы и содержание технической подготовки спортсменов.
14. Характеристика этапов многолетней подготовки.
15. Виды, задачи, средства, методы тактической подготовки спортсменов.
16. Роль, виды и содержание физической подготовки спортсменов.

17. Роль, виды, задачи, средства и методы психологической подготовки спортсменов.
18. Характеристика малых тренировочных циклов (микроциклов).
19. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки.
20. Типовая периодизация большого цикла тренировки. Особенности периодизации в различных видах спорта.
21. Методические положения и структура многолетней подготовки спортсменов.
22. Задачи, средства, методы и основная направленность тренировочного процесса на этапе начальной подготовки.
23. Предварительная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений (задачи, средства, методы, направленность).
24. Классификация тренировочных и соревновательных нагрузок, характеристика зон интенсивности.
25. Характеристика стадии базовой подготовки спортсменов (этапы и содержание).
26. Характеристика стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей спортсмена (этапы и содержание).
27. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками в подготовке спортсменов.
28. Контроль за физическим состоянием спортсменов в системе спортивной тренировке.
29. Контроль за факторами внешней среды в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
30. Технология планирования спортивной тренировки.
31. Особенности организации и построения спортивной тренировки детей, юношей и девушек.
32. Характеристика средств восстановления работоспособности спортсменов.
33. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
34. Критерии отбора спортсменов по различным видам спорта в сборную команду России
35. Нагрузка и отдых как специфические компоненты спортивной тренировки.
36. Типы мезоциклов и методика их построения в системе спортивной тренировке.
37. Типы микроциклов и методика их построения в системе спортивной тренировке.
38. Основные этапы и стадии совершенствования технической подготовленности
39. Методика развития скоростных способностей и их оценка.
40. Методика развития координационных способностей и их оценка.
41. Спортивно-техническое мастерство и критерии его оценки.
42. Методика развития выносливости и ее оценка.
43. Методика развития гибкости и ее оценка.
44. Содержание и организация комплексного контроля подготовленности спортсменов в спортивных школах.
45. Проблемы технико-тактической подготовки спортсменов высокого класса, перспективы ее совершенствования.
46. Характеристика срочного, текущего и отставленного тренировочного эффектов.
47. Типы и классификации тренировочных занятий
48. Факторы, влияющие на эффективность заключительного этапа подготовки к соревнованиям.
49. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.
50. Спорт как социальное явление.
51. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов
52. Средства спортивной тренировки
53. Социальные функции спорта.
54. Организация и проведение соревнований.

55. Методы спортивной тренировки
56. Классификация видов спорта.
57. Принципы спортивной тренировки.
58. Система подготовки спортсмена.
59. Проблемы периодизации тренировки.
60. Классификация соревнований.
61. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
62. Спортивно-тактическая подготовка.
63. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена.
64. Спортивно-техническая подготовка.
65. Физическая подготовка.
66. Психическая подготовка.
67. Теоретическая подготовка
68. Спортивный отбор. Его значение и разновидности.
69. Структура тренировочного занятия.
70. Общая и специальная физическая подготовка.
71. Основные понятия в спортивной тренировке.
72. Структура многолетней подготовки.
73. Понятие о микро-, мезо - и макроциклах.

Критерии оценки

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках дисциплины, знает основные термины, фамилии ученых, исследовавших изучаемую проблему, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам экзаменационного билета, логично излагает свои мысли, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем.

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой дисциплине, умения достаточно грамотно изложить материал.

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания дисциплины, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить мысли.

Лист изменений рабочей программы дисциплины

№ п\п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование профиль «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности» №125 от 22.02.2018 г.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 05 мая 2022 г.	05.05.2022 г.
2.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 22 мая 2023 г.	22.05.2023 г.
3.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 11 от 28 мая 2024 г.	28.05.2024 г.