Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

DN: cn=Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
Дата: 2024.07.06 14:04:52 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе

_____ М.И. Салимов

«23» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ»

Направление подготовки– 49.03.01 Физическая культура

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Екатеринбург 2024 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Актуальные проблемы спортивной тренировки»* **с**оставлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ ФК протокол № 9 от «6» мая 2024 г.

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол № 9 от «23» мая 2024 г.)

Разработчик рабочей программы дисциплины (модуля):

К.п.н., доцент _____ И.Р. Ващляева

Зав. кафедрой . _____ И.В. Тарасевич

Проверил:

Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая

1. **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Данная дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)», что означает формирование в процессе обучения у студента профессиональных компетенций в рамках выбранного образовательного направления, а также навыков самостоятельной работы в области в области спортивной тренировки.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин: «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «Спортивная физиология», «Биомеханика двигательной деятельности», «Педагогика ФК», «Психология ФК».

До начала изучения дисциплины у студентов должны быть сформированы следующие компетенции, знания, умения: **ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4,** обеспечивающие требуемый знаниевый фундамент для изучения дисциплины «Актуальные проблемы спортивной тренировки».

Полученные в процессе обучения студентом знания необходимы для освоения таких дисциплин как «Конструирование тренировок и тренерское мастерство».

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

Код компетенции	**Наименование компетенции**	**Степень реализации компетенции (полностью/частично) Курс/семестр**	**Индикаторы достижения компетенции**	**Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников**
ПК-1	**Тренерская задача профессиональной деятельности** **ПК-1.** Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	**ПК-1.1. Знает:** – систему планирования, учета, анализа и ориентации (спортивная предрасположенность, индивидуальные возможности, ориентация на достижения); – методологические основы теории и техники тренировочного процесса и соревновательной деятельности; – методы измерения физической, технико-тактической подготовленности в спорте. – составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие гигиенические средства восстановления в спорте – основы рациональной организации питания спортсменов – основные показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; влияний физических упражнений на данные показатели	**Профессиональный стандарт Тренер** УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.03.2019 № 191н Подготовка спортсменов *Основная цель вида профессиональной деятельности:* Проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов

			– **ПК-1.2. Умеет:** – проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта; – анализировать степень решения поставленных задач в ходе отдельного занятия и своевременно вносить коррективы в тренировочный процесс; определять и давать качественную и количественную оценку физической нагрузки на основе данных изменения частоты сердечных сокращений у спортсменов и результатов хронометрирования учебно-тренировочного занятия; – определять и рассчитывать общую и моторную плотность тренировочного занятия. – использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях – составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания. – **ПК-1.3. Имеет опыт:** – управления тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, – формирования уровень техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс. – измерения и тестирования в спорте и физическом воспитании. – Определять уровень физической и технической подготовленности спортсменов, оценивать их функциональное состояние	для достижения спортивных результатов. **Содержание трудовой функции:** **Код 05.003** D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6

			– Владение методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки.	Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки
ПК-2	**ПК-2.** Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.	**ПК-2.1. Знает:** – теорию и методику обучения техническим двигательным действиям в избранном виде спорта, особенности индивидуального подхода воспитания физических качеств и способностей в зависимости от возраста, пола и подготовленности спортсменов; – формы планирования учебной, тренировочной, соревновательной и воспитательной работы в спортивных группах; – средства, методы и организационные формы ведения педагогической деятельности в процессе спортивной тренировки; особенности функционирования организма при выполнении разных видов физических упражнений; методы профилактики травматизма. **ПК-2.2. Умеет:** – подбирать разнообразные формы занятий с учетом индивидуально-психологических особенностей спортсменов в соответствии с уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья; – подбирать разнообразные формы занятий с учетом индивидуально-психологических особенностей спортсменов в соответствии с уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья; – подбирать разнообразные формы занятий с учетом индивидуально-психологических особенностей спортсменов в соответствии с уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья. **ПК-2.3. Имеет опыт:**	

			- технологии проведения занятий по спортивной тренировке для различных возрастных групп, учитывая индивидуальные особенности; - технологии проведения занятий по спортивной тренировке для различных возрастных групп, учитывая индивидуальные особенности; - определять уровень физической и технической подготовленности спортсменов, оценивать их функциональное состояние. - использования индивидуального подхода в спортивной подготовке; - проведения диагностики готовности бакалавра по физической культуре к профессиональной деятельности.	
ПК-3	**ПК-3.** Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма заболеваний, организовывать воспитательные мероприятия с учётом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.	Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма заболеваний, организовывать воспитательные мероприятия с учётом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся.	**ПК-3.1. Знает:** – особенности функционирования организма при выполнении разных видов физических упражнений; – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности – санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом. **ПК-3.2. Умеет:** – устранять причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности – обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм. – использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма заболеваний; – организовывать воспитательные мероприятия с учётом специфики вида спорта, возраста и пола	

			обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа. – определять и давать качественную и количественную оценку физической нагрузки на основе данных изменения частоты сердечных сокращений у спортсменов и результатов хронометрирования учебно-тренировочного занятия; **ПК-3.3. Имеет опыт:** – рационального использования инвентаря и экипировки. – владения способами обеспечения техники безопасности – организовывать воспитательные мероприятия с учётом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.	
ПК-4	**ПК-4.** Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	**ПК-4.1. Знает:** – теорию и методику обучения техническим двигательным действиям в избранном виде спорта, основы ведения методической работы в области физической культуры и спорта – особенности воспитания физических качеств и способностей в зависимости от возраста, пола и подготовленности спортсменов; – формы и методы планирования учебной, тренировочной, соревновательной и воспитательной работы в спортивных группах; – средства, методы и организационные формы ведения педагогической деятельности в процессе спортивной тренировки; – способы и приемы формирования личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщения к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции.	

			– особенности воспитания физических качеств и способностей в зависимости от возраста, пола и подготовленности спортсменов; – средства, методы и организационные формы ведения педагогической деятельности в процессе спортивной тренировки; **ПК-4.2. Умеет:** – проводить отбор для занятий избранным видом спорта; – осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов; – разрабатывать документы планирования учебно-тренировочного процесса, определяя целесообразную последовательность решения задач на различных этапах подготовки; – формулировать цель и задачи спортивной тренировки; – руководствуясь основными принципами спортивной тренировки, подбирать и применять средства и методы, адекватные поставленным задачам при самостоятельном проведении учебно-тренировочных занятий; – определять и рассчитывать общую и моторную плотность тренировочного занятия; – подбирать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей спортсменов в соответствии с уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья; – формировать положительное отношение спортсменов к тренировочным занятиям;	

			– определять уровень физической и технической подготовленности спортсменов, оценивать их функциональное состояние; – разрабатывать документы планирования учебно-тренировочного процесса, определяя целесообразную последовательность решения задач на различных этапах подготовки. **ПК-4.3. Имеет опыт:** – управления тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс; - проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		8
Зачетные единицы	з.е.	3
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	108
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	48,4
Лекции (Лек)	час	24
Практические занятия (Пр)	час	24
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час	33
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	26,6
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	12

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		10
Зачетные единицы	з.е.	3
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	108
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	22,4
Лекции (Лек)	час	12
Практические занятия (Пр)	час	10
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час	76,6
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	9
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	6

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1 Общая характеристика тренерского мастерства			**48,35**	**33**
	Название раздела 1	**Проблемы теории и методики спортивной тренировки**		
	Тема 1.1. Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки.	**Лекции** Противоречия в понимании спортивной тренировки в гуманитарных и естественных науках. Появление теоретических и методических ошибок.	**8**	**5**
	Гуманитарные аспекты спортивной тренировки	**Практические/семинарские / лабораторные занятия** Социально-педагогические подходы к спортивной тренировке. **Формы отчетности:** семинар **Самостоятельная работа студентов** Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки. **Форма контроля:** демонстрация теоретических знаний	**8**	
1	**Тема 1.2.** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену.	**Лекции** Проблемы планирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок.	**8**	**5**

	Естественно-научные аспекты спортивной тренировки.	**Практические/семинарские занятия** Применение знаний анатомии, физиологии, биохимии, биомеханики в спортивной тренировке **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену. **Форма контроля:** демонстрация теоретических знаний	**8**	
	Тема 1.3 Физическая культура – культура человеческой телесности.	**Лекции** Телесность как форма бытия. Отношение к телесности государства, общества, индивидуума. Техники тела. Проявления физической культуры.		
	Физическая культура в спорте	**Практические/семинарские занятия** Политизация и коммерциализация спорта как причины искажения методики тренировки **Самостоятельная работа студентов** Физическая культура – культура человеческой телесности. **Форма контроля:** демонстрация теоретических знаний		
	Название раздела 2	**Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.**		
2	**Тема 2.1.** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.	**Лекции** Критерии физического совершенства. Физическое совершенствование как основа спортивного мастерства. Спектр движений в физическом совершенствовании и специализации. Форсирование подготовки.	**8**	**5**
	Онтология общеразвивающих и специальных нагрузок в спорте.	**Практические/семинарские занятия** Анализ методик тренировки в аспекте развития и совершенствования человека. **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию. **Форма контроля:** доклад	**8**	
3	**Тема 2.2** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности.	**Лекции** Сложность установления взаимосвязей педагогических методов и действий с биологическими процессами в спортивной деятельности.	**8**	

	Значимость педагогических наблюдений в спорте.	**Практические/семинарские занятия** Реакции спортсменов на физические и психологические нагрузки как основа педагогических действий. **Форма контроля**: Практическая работа **Самостоятельная работа студентов** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности. **Форма контроля:** сообщение	**8**	**5**
4	**Тема 2.3.** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании.	**Лекции** Субъективность представлений тренера о спортивной тренировке. Некритическое применение научно необоснованных методических средств. Подмена теоретического исследования прагматикой.	**8**	
	Компетентность тренера.	**Практические/семинарские занятия** Адекватность физических нагрузок желаемым тренировочным эффектам. Завышение обязательств, оправданное стремлением к достижению высоких целей. **Форма контроля**: дискуссия **Самостоятельная работа студентов** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании. **Форма контроля:** аналитический доклад	**8**	**5**
5	**Тема 2.4.** Здоровьесбережение в спорте.	**Лекции** Статистика нарушений здоровья в спорте. Анализ причин и профилактика нарушений здоровья в спорте.	**8,35**	
	Здоровье спортсмена – высшая ценность.	**Практические/семинарские занятия** Средства и методы восстановления. Фармакологическая поддержка в сохранении здоровья спортсмена. Борьба с допингами. **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Проблемы здоровьесбережения в спорте. **Форма контроля:** доклад	**8,35**	**3**

Заочная форма обучения

№ пИндекс	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1 Общая характеристика тренерского мастерства			**20,4**	**78,6**
	Название раздела 1	**Проблемы теории и методики спортивной тренировки**		
Б ББ1. В.07	**Тема 1.1.** Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки.	**Лекции** Противоречия в понимании спортивной тренировки в гуманитарных и естественных науках. Появление теоретических и методических ошибок.	**1**	**6**
	Гуманитарные аспекты спортивной тренировки	**Практические/семинарские / лабораторные занятия** Социально-педагогические подходы к спортивной тренировке. **Формы отчетности:** семинар **Самостоятельная работа студентов** Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки. **Форма контроля:** демонстрация теоретических знаний	**1**	
1	**Тема 1.2.** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену.	**Лекции** Проблемы планирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок.	**1**	**6**

	Естественно-научные аспекты спортивной тренировки.	**Практические/семинарские занятия** Применение знаний анатомии, физиологии, биохимии, биомеханики в спортивной тренировке **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену. **Форма контроля:**демонстрация теоретических знаний	**1**	
	Тема 1.3 Физическая культура – культура человеческой телесности.	**Лекции** Телесность как форма бытия. Отношение к телесности государства, общества, индивидуума. Техники тела. Проявления физической культуры.	**1**	**8**
	Физическая культура в спорте	**Практические/семинарские занятия** Политизация и коммерциализация спорта как причины искажения методики тренировки **Самостоятельная работа студентов** Физическая культура – культура человеческой телесности. **Форма контроля:**демонстрация теоретических знаний	**1**	
	Название раздела 2	**Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.**		
2	**Тема 2.1.** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.	**Лекции** Критерии физического совершенства. Физическое совершенствование как основа спортивного мастерства. Спектр движений в физическом совершенствовании и специализации. Форсирование подготовки.	**1**	**8**
	Онтология общеразвивающих и специальных нагрузок в спорте.	**Практические/семинарские занятия** Анализ методик тренировки в аспекте развития и совершенствования человека. **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию. **Форма контроля:** доклад	**1**	
3	**Тема 2.2** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности.	**Лекции** Сложность установления взаимосвязей педагогических методов и действий с биологическими процессами в спортивной деятельности.	**2**	**10**

	Значимость педагогических наблюдений в спорте.	**Практические/семинарские занятия** Реакции спортсменов на физические и психологические нагрузки как основа педагогических действий. **Форма контроля**: Практическая работа **Самостоятельная работа студентов** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности. **Форма контроля:** сообщение	**2**	**10**
4	**Тема 2.3.** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании.	**Лекции** Субъективность представлений тренера о спортивной тренировке. Некритическое применение научно необоснованных методических средств. Подмена теоретического исследования прагматикой.	**2**	**10**
	Компетентность тренера.	**Практические/семинарские занятия** Адекватность физических нагрузок желаемым тренировочным эффектам. Завышение обязательств, оправданное стремлением к достижению высоких целей. **Форма контроля**: дискуссия **Самостоятельная работа студентов** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании. **Форма контроля:** аналитический доклад	**2**	**10**
5	**Тема 2.4.** Здоровьесбережение в спорте.	**Лекции** Статистика нарушений здоровья в спорте. Анализ причин и профилактика нарушений здоровья в спорте.	**2,4**	**10,6**
	Здоровье спортсмена – высшая ценность.	**Практические/семинарские занятия** Средства и методы восстановления. Фармакологическая поддержка в сохранении здоровья спортсмена. Борьба с допингами. **Форма контроля**: семинар **Самостоятельная работа студентов** Проблемы здоровьесбережения в спорте. **Форма контроля:** доклад	**2**	

4.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема занятий	Интерактивные формы проведения занятий.	Трудоемкость (час)
Теоретические проблемы спортивной тренировки	Круглый стол	2
Методические проблемы спортивной тренировки	Круглый стол	2
Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.	Круглый стол	2
Использование наглядных пособий и технических средств.	Лекции с использованием мультимедийного сопровождения	4
ВСЕГО		10

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Очная форма обучения

№Индекс	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий
Модуль №1		
	Название раздела 1	**Проблемы теории и методики спортивной тренировки**
Б ББ1.В.07	**Тема 1.1.** Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы разобщенности научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки **Форма контроля:** демонстрация теоретических навыков**.**
1	**Тема 1.2.** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы в теоретической и методической не разработанности двигательного задания спортсмену. **Форма контроля:** реферат
2	**Тема 1.3.** Физическая культура – культура человеческой телесности.	**Самостоятельная работа студентов** Значение физической культуры – культуры человеческой телесности. **Форма контроля:** Демонстрация презентации и доклад
		Модуль №2
	Название раздела 2	**Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.**
3	**Тема 2.1.** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.	**Самостоятельная работа студентов** Разрешение противоречия спортивной специализации физическому совершенствованию. **Форма контроля:** презентация, сообщение
1	**Тема 2.2.** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы неоднозначности и неочевидности связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности. **Форма контроля:** аналитический доклад
2	**Тема 2.3.** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании.	**Самостоятельная работа студентов** Проблема теоретической и методологической беззаботности в представлениях тренера о двигательном задании. **Форма контроля:** презентация программ тура
	Тема 2.4. Здоровьесбережение в спорте.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы здоровьесбережение в спорте. **Форма контроля:** презентация

Заочная форма обучения

№ Индекс	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий
	Модуль №1	
	Название раздела 1	**Проблемы теории и методики спортивной тренировки**
Б ББ1.В.07	**Тема 1.1.** Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы разобщенности научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки **Форма контроля:** демонстрация теоретических навыков**.**
1	**Тема 1.2.** Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы в теоретической и методической не разработанности двигательного задания спортсмену. **Форма контроля:** реферат
2	**Тема 1.3.** Физическая культура – культура человеческой телесности.	**Самостоятельная работа студентов** Значение физической культуры – культуры человеческой телесности. **Форма контроля:** Демонстрация презентации и доклад
		Модуль №2
	Название раздела 2	**Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.**
3	**Тема 2.1.** Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.	**Самостоятельная работа студентов** Разрешение противоречия спортивной специализации физическому совершенствованию. **Форма контроля:** презентация, сообщение
1	**Тема 2.2.** Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы неоднозначности и неочевидности связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности. **Форма контроля:** аналитический доклад
2	**Тема 2.3.** Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании.	**Самостоятельная работа студентов** Проблема теоретической и методологической беззаботности в представлениях тренера о двигательном задании. **Форма контроля:** презентация программ тура
	Тема 2.4. Здоровьесбережение в спорте.	**Самостоятельная работа студентов** Проблемы здоровьесбережение в спорте. **Форма контроля:** презентация

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ

Тест 1, вариант 1

Содержание вопроса	№ ответа	Варианты ответа (из четырёх вариантов ответа только один правильный)
Подходы к проблеме спортивной тренировки предполагают -	**1**	цельность и неделимость сущности человека
	2	наличие "души" и "тела"
	3	только соблюдение педагогических принципов
	4	только биологическое обоснование выбора объёма и интенсивности нагрузок
Принципы системы тренировок -	**9**	имеют варианты в зависимости от периода подготовки
	10	не изменяются
	11	изменяются с появлением новых данных
	12	изменяются в зависимости от роста спортивного мастерства
Успешных моделей тренировочного процесса -	**17**	только одна
	18	две - основная и альтернативная
	19	может быть много
	20	немного
Основные аспекты теории спортивной тренировки -	**25**	гуманитарный и естественно-научный
	26	нормативно-правовой и экономический
	27	естественно-научный и нормативно-правовой
	28	гуманитарный и статистический
Биологические подходы к спортивной тренировке основаны на знаниях -	**33**	теоретических
	34	гуманитарных
	35	практических
	36	математических
Педагогические подходы -	**37**	дают теоретическое обоснование принципам и закономерностям тренировки
	38	основаны на соблюдении утверждённых планов
	39	не дают теоретического обоснования принципам и закономерностям тренировки
	40	основаны на выполнении нормативных требований
Тренер готовит к соревнованиям -	**49**	нервную систему спортсмена
	50	прежде всего, организм спортсмена
	51	мышцы спортсмена
	52	человека
Первостепенная задача теории спортивной тренировки -	**57**	разработка новых концепций подготовки
	58	гармонизация педагогических и биологических основ
	59	разработка новых принципов спортивной тренировки
	60	уточнение проверенных опытом программ подготовки
Спортсмен формируется в процессе -	**65**	физического развития на тренировках
	66	психологической подготовки к соревнованиям
	67	психологических стрессов на соревнованиях

	68	спортивной деятельности
Объект деятельности - спортивная тренировка -	**73**	не изменяется в процессе деятельности
	74	не изменяется непосредственно перед соревнованиями
	75	изменяется в процессе деятельности
	76	изменяется только перед соревнованиями
В процессе тренировочной и соревновательной деятельности формируются -	**77**	прежде всего мышцы спортсмена
	78	прежде всего нервная система спортсмена
	79	прежде всего характер и воля спортсмена
	80	личностно-психические и физические качества спортсмена
Тренировочные воздействия являются тренирующими -	**89**	если получен тренировочный эффект
	90	только после восстановления
	91	всегда
	92	только после выполнения тренировочной работы
В основе выбора средств и методов тренировки лежат, прежде всего, -	**97**	представления тренера
	98	биологические закономерности
	99	успешные методики тренировок
	100	нормативные документы
Соревновательный двигательный стереотип и психо-физическое состояние можно нарабатывать -	**105**	только на соревнованиях
	106	в любых тренировках
	107	только в разных упражнениях
	108	совместно в одном упражнении
Принципы и закономерности физической культуры	**113**	несводимы к принципам и закономерностям биологии или педагогики
	114	сводимы к принципам и закономерностям биологии или педагогики
	115	независимы от педагогических знаний
	116	независимы от биологических знаний

Номера правильных ответов

1	10	19	25	33	39	52	58	68	75	80	89	98	108	113

Тест 1, вариант 2

Содержание вопроса	№ ответа	Варианты ответа (из четырёх вариантов ответа только один правильный)
Модель тренировочного процесса должна отражать -	**5**	всё множество элементов, их взаимосвязей
	6	только необходимые для практики элементы и их взаимосвязи
	7	элементы и взаимосвязи по усмотрению тренера
	8	элементы и взаимосвязи доступные спортсмену
Если модель тренировочного процесса перестаёт удовлетворять практике надо-	**13**	изменить её принципы
	14	оставить только главные элементы и взаимосвязи
	15	обновить принципы, неудовлетворяющие модели
	16	ввести новые элементы и взаимосвязи
	21	соблюдении нормативных требований

Методология теории спортивной тренировки основана на -	**22**	многократно проверенных программах подготовки
	23	биологических закономерностях мышечной деятельности
	24	изучении психических и телесных проявлений человека
Педагогические подходы к спортивной тренировке основаны на знаниях -	**29**	теоретических
	30	практических
	31	статистики результатов соревнований
	32	исторических
Биологические подходы -	**41**	дают теоретическое обоснование принципам и закономерностям тренировки
	42	опираются на опыт соревнований
	43	не дают теоретического обоснования принципам и закономерностям тренировки
	44	основаны на математической обработке биологических показателей
Биологические закономерности	**45**	нельзя использовать в подготовке спортсменов
	46	можно не учитывать непосредственно в тренировке
	47	можно использовать как методику тренировки
	48	нельзя использовать как методику тренировки
Приоритет в тренировке спортсмена принадлежит -	**53**	педагогическим подходам
	54	проверенным методикам тренировки
	55	биологическим подходам
	56	утверждённым планам
В основе физкультурно-спортивной деятельности лежит -	**61**	установка тренера
	62	утверждённый план подготовки
	63	целеполагание
	64	программа соревнований
Деятельность и средства спортивной деятельности -	**69**	взаимосвязаны
	70	независимы друг от друга
	71	взаимосвязаны только в условиях соревнований
	72	не оказывают существенного влияния друг на друга
Изменения деятельности или средств деятельности -	**81**	отразятся на формировании спортсмена
	82	отразятся только на соревновательной деятельности
	83	не отразятся на спортсмене при условии высокого уровня морально-волевой подготовки
	84	отразятся только на технической подготовленности
Условиями полноты деятельностных свершений являются -	**85**	материальные возможности и настроение
	86	желание спортсмена и наличие новых спортсооружений
	87	поддержка тренера и настрой спортсмена
	88	полнота использования человеческих возможностей и систематичность
Соревновательный динамический стереотип определяет -	**93**	движения и поведение спортсмена во время соревнований
	94	силу сокращения мышц
	95	технику избранного вида спорта на соревнованиях
	96	психические реакции на соревнованиях
Психо-эмоциональное состояние-	**101**	не влияет на работоспособность высококвалифицированных спортсменов
	102	не учитывается тренером в условиях соревнований
	103	влияет на работоспособность спортсменов

	104	не влияет на работоспособность спортсменов только на тренировках
Для достижения новых вершин спортивного мастерства необходимы -	**109**	тренировочные воздействия, выходящие за рамки прежних возможностей
	110	планы тренировок, основанные на проверенных опытом методиках
	111	новые идеологические установки
	112	новые условия тренировок
Выход на повышенный уровень нагрузок целесообразен -	**117**	только при фармакологической поддержке
	118	в состоянии "пассивной воли"
	119	в любом случае
	120	в состоянии "активной воли"

Номера правильных ответов

6	16	24	30	41	48	53	63	69	81	88	93	103	109	120

Тест 2, вариант 1

Содержание вопроса	№ ответа	Варианты ответа (из четырёх вариантов ответа только один правильный)
Утомление развивается -	**577**	прежде всего в мыщцах
	578	прежде всего в нервной системе
	579	только в центральной нервной системе
	580	в нервной системе и в мышцах
Наиболее эффективная для восстановления двигательная деятельность -	**585**	силовая
	586	ациклическая
	587	игровая
	588	циклическая
Наиболее целесообразная последовательность действий для эффективного восстановления -	**593**	отдых - аэробная тренировка - силовая тренировка
	594	отдых - силовая тренировка - аэробная тренировка
	595	аэробная тренировка - силовая тренировка - отдых
	596	силовая тренировка - отдых - аэробная тренировка
Тренировки в состоянии сильного утомления -	**601**	недопустимы
	602	допустимы при применении фармакологических препаратов
	603	недопустимы только для в сложнокоординационных видах спорта
	604	допустимы для квалифицированных спортсменов
Допинг -	**609**	снижает восприимчивость нагрузок
	610	почти не влияет на здоровье
	611	повышает восприимчивость нагрузок
	612	в оптимальных дозах не вредит здоровью
Альтернатива допингу -	**617**	питание натуральными качественными продуктами
	618	биологически активные добавки
	619	разнообразные витамины
	620	фармакологические препараты по рецепту врача

Цель фармакологической поддержки в спорте -	**621**	достижение максимально возможных результатов
	622	выполнение запланированных тренировочных нагрузок
	623	победа над соперниками
	624	сохранение здоровья спортсмена
Коррекция фармакологическими препаратами эффективна -	**633**	только при непредвиденных состояниях спортсмена
	634	только при предвиденных состояниях спортсмена
	635	только при перетренировке
	636	при предвиденных и непредвиденных состояниях

Номера правильных ответов

580	588	593	601	609	618	624	636

Тест 2, вариант 2

Содержание вопроса	№ ответа	Варианты ответа (из четырёх вариантов ответа только один правильный)
Наиболее эффективны методы восстановления -	**581**	педагогические
	582	фармакологические
	583	массаж и сауна
	584	психологические
Важнейшим принципом оздоровительных упражнений является -	**589**	направленность на отстающие группы мышц
	590	достаточность аэробного энергообеспечения
	591	преодоление утомления
	592	акцент на силовую подготовку
Наиболее вероятная причина нарушений здоровья в спорте -	**597**	экстремальный характер тренировок
	598	экстремальный характер соревнований
	599	нарушение правил соревнований
	600	нарушение технологии тренировки
Запрещёнными в спорте могут быть -	**605**	только вещества
	606	только вещества, наносящие вред здоровью спортсмена
	607	только способы, повышающие работоспособность
	608	вещества и способы
Применение фармакологических препаратов в спорте обусловлено -	**613**	желанием врача
	614	желанием тренера
	615	желанием спортсмена
	616	уровнем современных нагрузок
Биологически активные добавки -	**625**	эффективны в сочетании с тренировками
	626	неэффективны в детско-юношеском спорте
	627	неэффективны в большом спорте
	628	дают тренировочный эффект в любом случае
Приём биологически активных препаратов может рекомендовать -	**629**	только врач
	630	только опытный спортсмен
	631	и врач, и тренер
	632	только тренер
Применение фармакологических препаратов в спорте -	**637**	неотъемлемая часть подготовки квалифицированного спортсмена
	638	нарушение спортивной этики
	639	запрещено Международным Олимпийским Комитетом

	640	нарушение правил допингового контроля

Номера правильных ответов

581	590	600	608	616	625	631	637

Вопросы к экзамену по дисциплине

1. Проблемы теории и методики спортивной тренировки.
2. Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки.
3. Противоречия в понимании спортивной тренировки в гуманитарных и естественных науках.
4. Появление теоретических и методических ошибок.
5. Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену.
6. Проблемы планирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок.
7. Физическая культура – культура человеческой телесности.
8. Телесность как форма бытия. Отношение к телесности государства, общества, индивидуума. Техники тела.
9. Гуманитарные аспекты спортивной тренировки.
10. Социально-педагогические подходы к спортивной тренировке.
11. Естественно-научные аспекты спортивной тренировки.
12. Применение знаний анатомии, физиологии, биохимии, биомеханики в спортивной тренировке.
13. Политизация и коммерциализация спорта как причины искажения методики тренировки.
14. Физическая культура в спорте.
15. Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.
16. Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию.
17. Критерии физического совершенства. Физическое совершенствование как основа спортивного мастерства. Спектр движений в физическом совершенствовании и специализации. Форсирование подготовки.
18. Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности.
19. Сложность установления взаимосвязей педагогических методов и действий с биологическими процессами в спортивной деятельности.
20. Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании.
21. Субъективность представлений тренера о спортивной тренировке. Некритическое применение научно необоснованных методических средств. Подмена теоретического исследования прагматикой.
22. Здоровьесбережение в спорте.
23. Статистика нарушений здоровья в спорте. Анализ причин и профилактика нарушений здоровья в спорте.
24. Онтология общеразвивающих и специальных нагрузок в спорте.
25. Анализ методик тренировки в аспекте развития и совершенствования человека.
26. Значимость педагогических наблюдений в спорте.
27. Реакции спортсменов на физические и психологические нагрузки как основа педагогических действий.
28. Компетентность тренера.
29. Адекватность физических нагрузок желаемым тренировочным эффектам. Завышение обязательств, оправданное стремлением к достижению высоких целей.
30. Здоровье спортсмена – высшая ценность.
31. Средства и методы восстановления.
32. Фармакологическая поддержка в сохранении здоровья спортсмена. Борьба с допингами.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи). Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся по дисциплине создан фонд оценочных средств (ФОС), адаптированный для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций. Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИ

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форсмажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работникам лично присутствовать в Институте. Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль результатов обучения. Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой. Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры и спорта/В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2012.- 416 с.
2. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом/под ред. Т.Ю. Торчкова.- М.: Академия, 2014. - 272 с.

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта/ Ж. К. Холодов. – М.: Академия, 2012.

4. Вашляева И.Р. Методические рекомендации по дисциплине «Актуальные проблемы спортивной тренировки» / И.Р. Вашляева – Екатеринбург УралГУФК 2020. – 16 с.

8.2 Дополнительная литература

1. Вашляев, Б.Ф. Конструирование тренировок: учебно-методическое пособие / Б.Ф. Вашляев, И.Р. Вашляева, М.Г. Фарафонтов. Екатеринбург: ЕФ УралГУФК, 2011. – 148 с.

2. Вовк, С.И. Диалектика спортивной тренировки: монография / С.И. Вовк. – М.: Физическая культура, 2007. – 212 с.

3. Дубровский, В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов / В.И. Дубровский. – М.: Гуманит. изд. Центр. ВЛАДОС, 1998, - 480 с.: ил.

4. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010 – 352 с.

5. Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. 386 с.: ил.

6. Курамшин, Ю.Ф. Спортивная рекордология: теория, методология, практика: монография / Ю.Ф. Курамшин. – М.: Советский спорт, 2005. 408 с.: ил.

7. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.М. Курамшина. – 2-е изд. испр. М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.

8. Матвеев Л. П. Общая теория спорта/Л. П. Матвеев.- М.: Физкультура и спорт, 2008. – 320 с.

9. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002. 864 с.: ил.

10. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические применения / В.Н. Платонов. – К. Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

11. Селуянов, В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: Учебн. пособие для студентов вузов физической культуры / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Косьмина. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 184 с.

12. Смирнов, В.М. Физиология физического воспитания и спорта: Учебн. для студ. сред. и высш. учебных заведений / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 608 с.

13. Физиология спорта. Дж.Х. Уилмор, Д.Л. Костил / Изд-во «Олимпийская литература», Киев, 2001. – 502 с.

14. Физиология человека: Учебник для вузов физ. культуры и факультетов физ. воспитания педагогических вузов / Под общ. ред. В.И. Тхоревского. М.: Физкультура, образование и наука, 2001. – 492 с.

15. Фомин, Н.А. Адаптация: общебиологические и психофизиологические основы / Н.А. Фомин. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2003. – 383 с., с ил.

16. Фомин, Н.А. Физиология человека. - 3-е изд. / Н.А. Фомин. - М.: Просвещение; Владос, 1995. - 416 с.: ил.

17. Холодов Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта/Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Академия, 2009.

8.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. СайтИнтернет-экзамен.
2. Любые поисковые системы в сети Internet.
3. Электронные каталоги Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc).
4. Сайт научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», (http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/).

5. Федеральный интернет-экзамен в сфере профессионального образования (ФЭПО) https://fepo.i-exam.ru/

6. http://www.vimpel-v.com/shkola_gizni/med/pov.shtml

7. EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний - https://www.ebsco.com/ и т.д.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Программное обеспечение

Свободно распространяемое программное обеспечение:

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Интернет обозреватель Mozilla Firefox
- Интернет обозреватель Chrome

Лицензионное программное обеспечение:

- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

9.2.Материально- техническое обеспечение

Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная набором демонстрационного оборудования.

Аудитория для занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

10 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия проводятся в форме лекций и практических занятий.

Практические занятия являются аудиторными, проводятся в виде групповой творческой работы. Они предназначены для закрепления и самостоятельного осмысления определенного материала. Практические занятия целесообразно организовать в виде коротких сообщений студентов на заданную тему с обсуждением изучаемых проблем спортивной тренировки с последующим анализом изучаемого материала на примере ИВС.

Самостоятельная работа является внеаудиторной и предназначена для самостоятельного ознакомления студентов с поставленными вопросами и проблемами.

В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной литературы, реферирование литературных источников, составление планов-конспектов занятий, подготовка к практическим занятиям и семинарам, подготовка презентационного материала.

Одним из основных условий реализации ООП является применений балльно-рейтинговой системы в филиале.

Для дисциплины «Актуальные проблемы спортивной тренировки» разработана и утверждена балльно-рейтинговая система. Условия накопления баллов и критерии оценки представлены в таблице 7.

В случае длительного пропуска занятий – самостоятельная подготовка конспектов, реферата, презентации (не менее 20 баллов в общей сложности).

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др.
Самостоятельная работа	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме.
Сдача технических нормативов	Выполнение техники легкоатлетических видов, пройденных по программе
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Приложение №1

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов (формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности)

(для дисциплины с экзаменом)

Таблица 7 – Виды деятельности и критерии оценки учебных достижений студентов

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	баллы	
			min	max
Модуль №1				
Контрольная работа	Интеграция различных наук в теорию и методику спортивной тренировки	Соответствие выводов содержанию и задачам	15	25
Контрольная работа	Телесность человека в спорте	Соответствие выводов содержанию и задачам	15	25
Модуль №2				
Контрольная работа	Сочетание общефизических и специализированных физических упражнений в избранном виде спорта	Соответствие выводов содержанию и задачам	15	25
Контрольная работа	Влияние спортивных нагрузок на здоровье	Соответствие выводов содержанию и задачам	15	25
Экзамен		Полнота ответов	6	20
			60	**100**

Приложение 2

Аннотация дисциплины

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ»

направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

1. Место дисциплины в структуре образовательной программы
2. Результаты обучения по дисциплине
3. Содержание дисциплины
4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Данная дисциплина относится к обязательной части /, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)», что означает формирование в процессе обучения у студента профессиональных компетенций в рамках выбранного образовательного направления, а также навыков самостоятельной работы в области в области спортивной тренировки.

Тренерская задача профессиональной деятельности

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

ПК-3. Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма заболеваний, организовывать воспитательные мероприятия с учётом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа.

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Содержание дисциплины.

Модуль№1 Общая характеристика тренерского мастерства

1.1 Разобщенность научных подходов к пониманию сущности природы человека и её проекция на построение тренировки. Гуманитарные аспекты спортивной тренировки.

1.2 Теоретическая и методическая не разработанность двигательного задания спортсмену. Естественно-научные аспекты спортивной тренировки.

1.3 Физическая культура – культура человеческой телесности. Физическая культура в спорте

Модуль№2 Проблемы постановки двигательного задания спортсмену.

2.1 Противоречие спортивной специализации физическому совершенствованию. Онтология общеразвивающих и специальных нагрузок в спорте.

2.2 Неоднозначность и неочевидность связи непосредственно двигательных действий с желаемыми сдвигами в спортивной подготовленности. Значимость педагогических наблюдений в спорте.

2.3 Теоретическая и методологическая беззаботность в представлениях тренера о двигательном задании. Компетентность тренера.

2.4 Здоровье сбережение в спорте. Здоровье спортсмена – высшая ценность.

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		8
Зачетные единицы	з.е.	3
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	108
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	48,4
Лекции (Лек)	час	24
Практические занятия (Пр)	час	24
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час	33
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	26,6
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	12

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		10
Зачетные единицы	з.е.	3
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	108
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	22,4
Лекции (Лек)	час	12
Практические занятия (Пр)	час	10
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час	76,6
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	9
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	6