

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)**

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической
культуры и спорта

Геберт Виталий
Климентьевич

«_____» _____ 20____
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Б1.В.01.02 Спортивная подготовка в системе дополнительного образования
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)
для направления подготовки (специальности) 44.04.01 - Педагогическое образование**

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
«_____» _____ 20____ г. №_____

Профиль – Образование в области физической культуры и спорта (для набора 2021)
Форма обучения: Заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Формирование у магистрантов понимания главных концептуальных положений, составляющих содержание современных теоретических и методических основ спортивной подготовки в системе дополнительного образования; формирование умения проектировать программы дополнительного образования, разрабатывать и внедрять новые технологии, средства и методы подготовки спортсменов на основе моделирования тренировочного процесса; углубленное изучение закономерностей построения и управления процессом спортивной подготовки.

Задачи изучения дисциплины:

Обеспечение научного и методического осмысления спортивной подготовки в системе дополнительного образования; освоение технологического цикла проектирования системы спортивной подготовки в системе дополнительного образования; освоение умений практической реализации современных технологий, средств и методов на основе моделирования тренировочного процесса спортсменов в профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Спортивная подготовка в системе дополнительного образования» относится к части, формируемой участниками образовательного процесса. Для освоения дисциплины «Спортивная подготовка в системе дополнительного образования» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные на предыдущем уровне образования, а также в процессе изучения следующих дисциплин: «Педагогическое проектирование в сфере физической культуры и спорта», «Моделирование учебно-тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования» «Психологические аспекты физкультурно-спортивной деятельности», «Медико-биологическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности», «Организационно-методические основы деятельности учреждений дополнительного образования спортивной направленности», «Мониторинг физического развития и физической подготовленности».

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 2	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	12	12
Лекционные (ЛК)	6	6

Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	60	60
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-6	ОПК-6.1. Знает: психолого-педагогические основы учебной деятельности; принципы проектирования и особенности использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	Знать: - методологию проектирования в решении профессиональных задач; - особенности индивидуализации образования обучающихся с особыми образовательными потребностями; - основы развития взаимодействия обучающихся с ОВЗ и их здоровых сверстников; - психолого-педагогические технологии, позволяющие решать задачи индивидуализации обучения, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - возрастные и психофизические особенности обучающихся, специальные научные знания в области психологии и психофизиологии лиц с ограниченными возможностями здоровья.
ОПК-6	ОПК-6.2. Умеет: использовать	Уметь: - применять

	знания об особенностях развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы; применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	деятельностный подход к задачам проектирования в сфере образования, проводить оценку эффективности педагогического проектирования; - использовать методы и технологии проектирования педагогической деятельности с учетом психологии и психофизиологии лиц с ограниченными возможностями здоровья; - анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями здоровья в образовательной организации, реализующей инклюзивную практику; - подбирать оптимальные образовательные технологии, позволяющие решать задачи индивидуализации обучения в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; - учитывать требования к организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности при проектировании педагогической деятельности.
ОПК-6	ОПК-6.3. Владеет: умениями учета особенностей развития обучающихся в образовательном процессе; умениями отбора и использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; умениями разработки и реализации индивидуальных	Владеть: - методами и технологиями проектирования педагогической деятельности в соответствии с профессиональными задачами, а также с учетом психологии и психофизиологии лиц с ограниченными возможностями здоровья; - основами использования психолого-педагогических, в том числе инклюзивных, технологий обучения и воспитания обучающихся с особыми

	образовательных маршрутов, индивидуально-ориентированных образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений).	образовательными потребностями; - эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных образовательных технологий, необходимых для индивидуализации обучения, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - оцениванием возможности и рисков педагогического проектирования.
ПК-1	ПК-1.1. Знает: основные модели построения процесса обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и дополнительного общего образования в области физической культуры и спорта (ФКиС).	Знать: - преподаваемую область научного знания (теория и методика физического воспитания, теория и методика спортивной тренировки) и профессиональной (педагогической) деятельности; - достижения отечественного и зарубежного опыта, в том числе инновационного (модели, методики и образовательные технологии), в области реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере ФК и С; - требования ФГОС общего и профессионального образования, содержание примерных или типовых образовательных программ, учебников, учебных пособий преподаваемого учебного предмета; - электронные образовательные и информационные ресурсы, необходимые для организации учебной, исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся.
ПК-1	ПК-1.2. Умеет: отбирать соответствующее содержание, методы и приемы для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ	Уметь: - проводить сравнение и оценивать преимущества и недостатки существующих подходов при реализации основных и дополнительных образовательных программ в

	дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, а также для диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ.	сфере ФК и С; - анализировать примерные программы (при наличии), оценивать и выбирать учебники, учебные и учебно-методические пособия, электронные образовательные ресурсы и иные материалы, разрабатывать и обновлять рабочие программы, планы занятий, оценочные средства и другие методические материалы по учебному предмету «Физическая культура» и дополнительным занятиям физкультурно-оздоровительной, спортивно-оздоровительной, спортивной направленности с учетом: требований ФГОС среднего общего и / или профессионального образования; развития соответствующей области научного знания (физическая культура и спортивная тренировка); образовательных потребностей, подготовленности и развития обучающихся; возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; возможности освоения образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания; роли учебного предмета «Физическая культура» в формировании у обучающихся компетенций, предусмотренных образовательными стандартами; современного развития технических средств обучения, образовательных технологий.
ПК-1	ПК-1.3. Владеет: адекватными конкретной ситуации действиями по реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в области ФК и С, а также по диагностике и оценке	Владеть: - педагогически обоснованными формами, методами и приемами организации деятельности обучающихся, современными методами и технологиями обучения, в том числе техническими средствами обучения, информационно-

	результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ.	коммуникационными технологиями, с учетом: специфики образовательных программ, требований ФГОС разного уровня образования; особенностей преподаваемого учебного предмета; вида занятия и его задач; возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья - также с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей); стадии профессионального развития (для программ ДПО); возможности освоения образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания; - способами адаптации лучших и результативных инновационных практик в области реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере ФК и С к условиям деятельности образовательной организации; - способами управления учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения физической культуре, обучения и совершенствования техники двигательных действий в избранном виде спорта, мотивируя их учебно-познавательную, здоровьесозидающую деятельность, физическое совершенствование, достижение спортивного результата; - методами диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ.
--	--	--

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Теоретические основы спортивной подготовки в системе дополнительного образования	Теоретические основы спортивной подготовки. Структура процесса спортивной подготовки. Технологии спортивной подготовки. Частные методики спортивной подготовки.	36	6	0	0	30
	1.2	Методические основы спортивной подготовки в системе дополнительного образования	Методические особенности процесса спортивной подготовки в различных учреждениях системы дополнительного образования. Современные технологии и методики в образовательном и тренировочном процессе в различных учреждениях системы дополнительного образования.	36	0	6	0	30
Итого				72	6	6	0	60

3.2. Содержание разделов дисциплины

3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Теоретические основы спортивной подготовки.	Современные проблемы спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Основные понятия в теории и	6

		Структура процесса спортивной подготовки. Технологии спортивной подготовки. Частные методики спортивной подготовки.	методике спортивной подготовки. Принципы, методы и средства спортивной подготовки. Периодизация и виды подготовки в процессе спортивной тренировки. Отбор, контроль и учет в системе спортивной подготовки. Структура процесса спортивной подготовки. Системно-педагогическое проектирование спортивной подготовки. Технология планирования процесса спортивной подготовки. Технология планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе спортивной подготовки. Технология построения спортивной подготовки в структуре тренировочных циклов. Частные методики спортивной подготовки в различных учреждениях системы дополнительного образования.	
--	--	--	--	--

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.2	Методические особенности процесса спортивной подготовки в различных учреждениях системы дополнительного образования. Современные технологии и методики в образовательном и тренировочном процессе в различных учреждениях системы дополнительного	Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе начального обучения. Методические особенности процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе. Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе спортивного совершенствования. Методические особенности видов подготовки в процессе спортивной подготовки на различных этапах. Методические особенности использования средств и методов в тренировочном процессе на различных этапах спортивной подготовки. Методические особенности диагностики и оценки результатов освоения программ спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Современные технологии и методики	6

		образования.	построения спортивной подготовки в структуре больших тренировочных циклов. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре средних тренировочных циклов. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре малых тренировочных циклов. Современные технологии и методики планирования спортивной подготовки в соответствии с ФГТ и ФС по видам спорта. Современные технологии и методики планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе спортивной подготовки.	
--	--	--------------	---	--

3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Современные проблемы спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Основные понятия в теории и методике спортивной подготовки. Принципы, методы и средства спортивной подготовки. Периодизация и виды подготовки в процессе спортивной тренировки. Отбор, контроль и учет в системе спортивной подготовки. Структура процесса спортивной	- подбор и анализ источников научно-методической литературы; - обзор статей; - составление тезисов; - подготовка сообщений.	30

		подготовки. Системно-педагогическое проектирование спортивной подготовки. Технология планирования процесса спортивной подготовки. Технология планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе спортивной подготовки. Технология построения спортивной подготовки в структуре тренировочных циклов. Частные методики спортивной подготовки в различных учреждениях системы дополнительного образования.		
	1.2	Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе начального обучения. Методические особенности процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе. Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе спортивного совершенствования. Методические особенности видов подготовки в процессе спортивной подготовки на различных этапах. Методические особенности использования средств и методов в тренировочном процессе на различных этапах спортивной подготовки. Методические	- практические задания с проблемными ситуациями; - проектирование практико-ориентированных заданий.	30

		особенности диагностики и оценки результатов освоения программ спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре больших тренировочных циклов. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре средних тренировочных циклов. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре малых тренировочных циклов. Современные технологии и методики планирования спортивной подготовки в соответствии с ФГТ и ФС по видам спорта. Современные технологии и методики планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе спортивной подготовки.		
--	--	---	--	--

4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

5.1.1. Печатные издания

1. 1. Федорова М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика: учеб. пособие. В 2 ч. Ч. 1: Теория спортивной тренировки. - Чита: ЗабГУ, 2014. - 202 с. - ISBN 978-5-9293-1259-5. (27 шт.) 2. Федорова М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика: учеб. пособие: в 2 ч. Ч. 2: Практические основы спортивной тренировки / Федорова М.Ю., Овчинникова Е.И. - Чита: ЗабГУ, 2014. - 237 с. - ISBN 978-5-9293-1260-1. - ISBN 978-5-9293-1261-8. (26 шт.) 3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие. - 8-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 480 с. - (Высшее проф. образование). - ISBN 978-5-7695-7577-8. (17 шт.)

5.1.2. Издания из ЭБС

1. 1. Завьялова Т. А. Теория и методика избранного вида спорта: Учебное пособие / Завьялова Т. А.; Шивринская С.Е. - отв. ред. - 2-е изд. - Computer data. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 247. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04908-4: 1000.00. Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/772F5F4E-1954-46EB-BEF9-B69A5FE2F22F>

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. 1. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - Москва: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с. (10 шт.) 2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие. - 5-е изд., стереотип. - Москва: Академия, 2009. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-6195-5. (2 шт.) 3. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. - Москва: Советский спорт, 2010. - 392 с. (4 шт.)

5.2.2. Издания из ЭБС

1. 1. Профессионально-направленные практики: учеб. пособие. - Чита: ЗабГУ, 2016. - 222 с. - ISBN 978-5-9293-1587-9 (10+e) 2. Гордон С.М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие / С. М. Гордон. - Москва: Физическая культура, 2008. - ISBN 978-5-9746-0084-5. Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/9159?category_pk=4775#book_name.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ	http://lib.sportedu.ru
Вестник спортивной науки (журнал)	https://vniifk.ru/journal_vsn/
Теория и практика физической культуры (журнал)	http://tpfk.infosport.ru
Культура физическая и здоровье (журнал)	http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (журнал)	http://www.infosport.ru/press/fkvot/
Физическая культура, спорт – наука и практика (журнал)	https://journal.kgufkst.ru/

6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Программа курса «Спортивная подготовка в системе дополнительного образования» строится по модульному принципу. При прохождении курса у магистрантов заочной формы обучения планируется один модуль, который состоит из двух разделов: 1) Теоретические основы спортивной подготовки в системе дополнительного образования. 2) Методические основы спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Уровень усвоения первого раздела проверяется докладом-презентацией по проблемному вопросу, система текущего контроля основана на практических заданиях, выполняемых в ходе семинарских занятий. Уровень усвоения второго раздела проверяется проектированием и выполнением практико-ориентированных заданий. Проверка уровня усвоения разделов осуществляется с помощью тестирования, а также оценки практико-ориентированных заданий, содержание которых направлено на выявление умения применять теоретические знания в нестандартных ситуациях при решении групповых практико-ориентированных заданий, обосновывать свои действия.

Для успешного усвоения материала и формирования компетенций в программе дисциплины большое внимание уделяется интерактивным формам обучения. Так, лекционный курс основывается на сочетании классических образовательных технологий и технологий лекции с использованием мультимедиа и лекции с использованием презентаций. Большая часть приходится на практические занятия, в которых используются активные образовательные технологии, включающие работу в группах по проектированию и моделированию спортивной подготовки, учебные дискуссии и решение ситуационных задач.

На первом занятии по дисциплине «Спортивная подготовка в системе дополнительного образования» необходимо ознакомить обучающихся с порядком ее изучения, раскрыть место и роль дисциплины в системе наук, ее практическое значение, довести до обучающихся содержание дисциплины и фондов оценочных средств. Приступая к изучению дисциплины, обучающиеся должны ознакомиться с учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке вуза. При выборе источников научно-методической литературы необходимо отдавать предпочтение более поздним изданиям.

Обучающиеся должны принимать активное участие в обсуждении учебных вопросов, с целью более глубокого усвоения изучаемого материала задавать преподавателю вопросы. Необходимо выполнять требования преподавателя по оформлению практических занятий. После подведения итогов занятия, устранять недостатки, отмеченные преподавателем. Готовясь к докладу-презентации, обучающиеся могут обратиться за методической помощью к преподавателю.

При подготовке к зачету обучающимся необходимо повторить пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе, использовать конспект лекций и источники научно-методической литературы, рекомендованной преподавателем. При необходимости обращаться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

Самостоятельная работа обучающихся планируется исходя из двух основных задач: подготовки к практическим занятиям и выполнения дополнительных учебных заданий, связанных с текущим контролем и промежуточной аттестацией. Кроме того, в течение изучения дисциплины обучающийся должен подготовить доклад (сообщение) - презентацию по выбранной им проблемной теме, входящей в область изучения теоретических основ спортивной подготовки в системе дополнительного образования. Преподавателем оценивается работа с точки зрения актуальности, новизны и аргументированности позиции докладчика. Также, студенты осуществляют проектирование практико-ориентированных заданий, конечным продуктом которого является итоговая работа студентов в форме группового практико-ориентированного задания с определением индивидуального задания для каждой группы обучающихся. Для выполнения различных заданий, в соответствии с учебной программой и фондом оценочных средств, обучающиеся должны самостоятельно подобрать и проанализировать источники научно-методической литературы по проблемной теме, которую они выбрали, провести обзор статей и материалов. На основе данных научно-методической литературы обучающиеся готовятся к устному сообщению и выступлению с презентацией, а также проектированию групповых заданий.

Разработчик/группа разработчиков:
Марина Юрьевна Федорова

Типовая программа утверждена

Согласована с выпускающей кафедрой
Заведующий кафедрой

_____ «___» _____ 20___ г.