

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.03.02 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта  
на 144 часа(ов), 4 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 49.03.01 - Физическая культура

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

Профиль – Спортивная тренировка (для набора 2022)  
Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Формирование у будущих бакалавров научно-педагогического мышления и способностей использовать современные концепции технологии при подготовке высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.

Задачи изучения дисциплины:

- планирование тренировочного процесса;
- текущий контроль над процессом тренировки и состоянием тренированности;
- обобщение и анализ данных текущего контроля и внесение необходимых коррективов в планировании.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

«Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» относится к дисциплинам модуля «Управление физкультурно-спортивной деятельности». Дисциплина тесно взаимосвязана с дисциплинами «Технологии спортивной тренировки», «Частные методики спортивной тренировки» «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика спортивной тренировки», «Анатомия», «физиология», «Спортивная биохимия» и другими дисциплинами. Освоение дисциплины необходимо студентам для прохождения в дальнейшем учебной практики в спортивных школах и проведению научных исследований по направлению профессиональной подготовки. Дисциплина изучается на 3 курсе, в 6 семестре на ОФО и на 4 курсе в 8 семестре на ЗФО.

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных(ые) единиц(ы), 144 часов.

Виды занятий	Семестр 6	Всего часов
Общая трудоемкость		144
Аудиторные занятия, в т.ч.	60	60
Лекционные (ЛК)	30	30
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	30	30
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	48	48

Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
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
УК-2	<p>УК-2.1. Знает круг задач в рамках поставленной цели; оптимальные способы их решения; ресурсы и ограничения в рамках решаемых задач; основное содержание своего правового статуса; особенности российской правовой системы;</p> <p>основные правовые акты, регулирующие будущую профессиональную деятельность; особенности правового регулирования будущей профессиональной деятельности на основе действующего законодательства.</p> <p>УК-2.2. Умеет ориентироваться в нормативно-правовой базе, регулирующей сферу физической культуры и спорта;</p> <p>способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;</p> <p>выявлять проблему и находить</p>	<p>Знать: основные правовые акты, регулирующие будущую профессиональную деятельность; особенности правового регулирования будущей профессиональной деятельности на основе действующего законодательства.</p> <p>Уметь: способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции; осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов.</p> <p>Владеть: соблюдения правил и норм охраны труда, техники безопасности; обеспечения охраны жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий в соответствии с законодательством РФ.</p>

	<p>пути ее решения на основе законодательства;</p> <p>применять нормативные правовые акты для решения конкретных ситуаций; осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов.</p> <p>УК-2.3. Имеет опыт правового статуса физических и юридических лиц для определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимального способа их решения;</p> <p>осуществления профессиональной деятельности, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления физической культурой и спортом и образованием, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и образования;</p> <p>организации работу малых коллективов исполнителей;</p> <p>соблюдения правил и норм охраны труда, техники безопасности;</p> <p>обеспечения охраны жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий в соответствии с законодательством РФ.</p>	
ОПК-1	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального Статуса;</li> </ul>	<p>Знать: - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> </ul>

- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;
- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;
- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;
- химический состав организма человека;
- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;
- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;
- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;
- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;
- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;
- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;
- основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого

Уметь: - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;

- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;
- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

Владеть: - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;

- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

возраста;

- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;
- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;
- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;
- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;
- основные и дополнительные формы занятий;
- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;
- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;
- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;
- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);
- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по

гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;

- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;

- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;

- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;

- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;

- средства и методы физической, технической, тактической психологической подготовки в ИВС;

- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;

- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;

- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.

ОПК-1.2. Умеет:

- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнополовых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;

- оценивать эффективность статических положений и движений человека;

- применять биомеханические технологии формирования и

совершенствования движений человека с заданной результативностью;

- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;
- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;
- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;
- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;
- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;
- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;
- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;
- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;
- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;
- решать поставленные задачи



занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;

- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;
- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;
- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;
- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;
- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;
- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;
- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;

- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.

ОПК-1.3. Имеет опыт:

- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей

морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;

- проведения анатомического анализа физических упражнений;

- биомеханического анализа статических положений и движений человека;

- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;

- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;

- планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;

- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;

- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;

- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);

- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной

	организации.	
ОПК-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- цель, задачи и содержание курса ИВС;</li> <li>- технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</li> <li>- средства и методы физической подготовки в ИВС;</li> <li>- воспитательные возможности занятий ИВС;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</li> <li>- специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта.</li> </ul> <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</li> </ul>	<p>Знать: - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС.</p> <p>Уметь: - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> </ul> <p>Владеть: - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</p>

- использовать в своей деятельности терминологию ИВС;
  - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;
  - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;
  - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;
  - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;
  - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;
  - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;
  - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;
  - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;
  - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;
  - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.
- ОПК-4.3. Имеет опыт:**
- выполнения и демонстрации

	<p>основных двигательных действий в ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;</li> <li>- проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.</li> </ul>	
ПК-1	<p>ПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию деятельности обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- методы педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- программно-методическое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- организацию и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых;</li> <li>- организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования;</li> <li>- мониторинг и оценку качества реализации педагогами дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- организацию и проведение массовых досуговых мероприятий;</li> <li>- организационно-педагогическое</li> </ul>	<p>Знать: - организацию деятельности обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- методы педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- программно-методическое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной программы;</li> </ul> <p>Уметь: - организовывать деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- разрабатывать программно-методическое обеспечение реализации дополнительной</li> </ul>

обеспечение развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых;

- организацию дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.

ПК-1.2. Умеет:

- организовывать деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;

- организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной

общеобразовательной программы;

- обеспечивать взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания;

- осуществлять педагогический контроль и оценку освоения дополнительной

общеобразовательной программы;

- разрабатывать программно-методическое обеспечение реализации дополнительной

общеобразовательной программы;

- организовывать и проводить исследования рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых;

- организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования;

- осуществлять организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования;

- осуществлять мониторинг и оценку качества реализации дополнительных

общеобразовательной программы;

Владеть: - организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной

общеобразовательной программы;

- организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации

дополнительной

общеобразовательной программы;

- осуществления педагогического контроля и оценки освоения дополнительной

общеобразовательной программы;

- разработки программно-методического обеспечения реализации дополнительной

общеобразовательной программы;

- общеобразовательных программ;
- осуществлять организацию и проведение массовых досуговых мероприятий;
- осуществлять организационно-педагогическое обеспечение развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых;
- осуществлять организацию дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.

ПК-1.3. Имеет опыт:

- организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы;
- организации досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
- обеспечения взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания;
- осуществления педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы;
- разработки программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы;
- организовывать и проводить исследования рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых;
- организационно-педагогического сопровождения методической деятельности педагогов дополнительного образования;
- осуществления организационно-

	<p>педагогического сопровождения методической деятельности педагогов дополнительного образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения мониторинга и оценки качества реализации дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- организации и проведения массовых досуговых мероприятий;</li> <li>- осуществления организационно-педагогического обеспечения развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых;</li> <li>- организации дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.</li> </ul>	
ПК-2	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- методику совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма спортсменов;</li> <li>- методику развития навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</li> <li>- особенности подготовки спортсменов к достижению высоких спортивных результатов;</li> <li>- методику тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной</li> </ul>	<p>Знать: - планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</p> <p>Уметь: - планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</p> <p>Владеть: - планированием, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</p>



дисциплине.

ПК-2.2. Умеет:

- осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;
- осуществлять совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- осуществлять развитие навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;
- планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;
- осуществлять подготовку спортсменов к достижению высоких спортивных результатов;
- осуществлять тренировочный процесс со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.

ПК-2.3. Имеет опыт:

- отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;
- совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма спортсменов;
- развития навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;
- планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта,

	спортивной дисциплине; - подготовки спортсменов к достижению высоких спортивных результатов; - проведения тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.
--	--

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной 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	Введение в дисциплину	Цели, задачи, объект, предмет дисциплины. Понятие о системах управления.	20	8	0	0	12
2	2.1	Основы управления	Теоретические и практические основы управления. Планирование и его виды.	24	12	0	0	12
3	3.1	Основные особенности управления	Контроль эффективности подготовки по состоянию подготовленности. Модельные характеристики подготовленности.	38	10	16	0	12
4	4.1	Виды контроля. Анализ.	Этапный, оперативный, текущий контроль. Анализ динамики. Коррекция подготовки.	26	0	14	0	12

Итого	108	30	30	0	48
-------	-----	----	----	---	----

### 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	Цели, задачи, объект, предмет дисциплины. Понятие о системах управления.	Цель, задачи, объект, предмет дисциплины: -цель дисциплины; -задачи дисциплины; -планирование тренировочного процесса. Понятие о системах управления: -планирование многолетней тренировки; -отбор; -обучение; -тренировка; -спортивное совершенствование.	8
2	2.1	Теоретические и практические основы управления. Планирование и его виды.	Теоретические и практические основы управления: -теоретическая подготовка; -анализ тренировочного процесса; -применение вспомогательных средств. Планирование и его виды: -перспективное планирование; -годовое планирование; -текущее планирование.	12
3	3.1	Контроль эффективности и подготовки по состоянию подготовленности. Модельные характеристики и подготовленности.	Модельные характеристики подготовленности: -модельная характеристика подготовки волейболистов; -модельная характеристика подготовки лыжника-гонщика; -модельная характеристика подготовки спортсменов, занимающихся тхэквондо, легкоатлетов и т.д.	10
4				

#### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
3	3.1	Контроль эффективности и подготовки	Контроль эффективности подготовки по состоянию подготовленности: - функциональная подготовка; -	16

		по состоянию подготовленности. Модельные характеристики и подготовленности.	техническая подготовка; - тактическая подготовка; - психологическая подготовка; - интеллектуальная подготовка. Модельные характеристики подготовленности: - подготовленность волейболистов; - подготовленность лыжников-гонщиков; - подготовленность футболистов; - тхэквондо, борцов и т. д.	
4	4.1	Этапный, оперативный, текущий контроль. Анализ динамики. Коррекция подготовки.	Этапный, оперативный, текущий контроль. Анализ динамики. Коррекция подготовки.	14

### 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	Анализ динамики. Графический анализ контроля по выполнению физических нагрузок. Понятие о системах управления. Травматизм на тренировках.	реферат; опорный конспект; проектирование групповой работы; подготовка электронной презентации;	12
2	2.1	Теоретические и практические основы управления. Восстановление в тренировочном процессе. Планирование и его	проектирование групповой работы; реферат; подготовка электронной презентации; опорный конспект;	12

		виды. Роль тренера в учебно-тренировочном процессе.		
3	3.1	Контроль эффективности подготовки по состоянию подготовленности. Утомление и переутомление в тренировочном процессе. Модельные характеристики подготовленности. Составление планов подготовки на примере игровых и индивидуальных видов спорта.	реферат; проектирование групповой работы; проектирование групповой работы; подготовка электронной презентации;	12
4	4.1	Этапный, оперативный, текущий контроль. Методы исследования физических качеств гибкости, ловкости, скорости. Коррекция подготовки. Составление планов в форме графиков на неделю, месяц.	реферат; опорный конспект; реферат; проектирование групповой работы;	12

#### **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. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2005. - 272 с. - (Высш. проф. образование). - ISBN 5-7695-2490-1 : 112-09.

2. 2. Федорова, М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика : учеб. пособие. В 2 ч. Ч.

1 : Теория спортивной тренировки / М. Ю. Федорова. - Чита : ЗабГУ, 2014. - 202 с. - ISBN 978-5-9293-1259-5 : 202-00.

3. 3. Федорова, М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика : учеб. пособие. В 2 ч. Ч. 2 : Практические основы спортивной тренировки / М. Ю. Федорова, Е. И. Овчинникова. - Чита : ЗабГУ, 2014. - 237 с. - ISBN 978-5-9293-1260-1. - ISBN 978-5-9293-1261-8 : 237-00.

### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. 1. Завьялова, Татьяна Александровна. Теория и методика избранного вида спорта : Учебное пособие / Завьялова Татьяна Александровна; Шивринская С.Е. - отв. ред. - 2-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 247. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-04766-0 : 1000.00. <https://www.biblio-online.ru/book/FFF3CE71-073B-45D1-8BFA-09A27CA28140>

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. 1. Профессионально-направленные практики : учеб. пособие / М. Ю. Федорова [и др.]. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 222 с. - ISBN 978-5-9293-1587-9 : 222-00.

2. 2. Рабочая тетрадь студента-практиканта : учебно-метод. пособие / сост. А.А. Фетисов, В.С. Астафьев, М.Ю. Федорова. - Чита : ЗабГУ, 2015. - 145 с. - ISBN 978-5-9293-1461-2 : 104-00.

### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. 1. Гордон, С. М. Спортивная тренировка : научно-методическое пособие / С. М. Гордон; Гордон С.М. - Москва : Физическая культура, 2008. - ISBN 978-5-9746-0084-5.

## **5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

Название	Ссылка
Поисковая систем Google (Россия)	<a href="http://www.google.ru">http://www.google.ru</a>

## **6. Перечень программного обеспечения**

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

Программное обеспечение специального назначения:

1) Google Chrome

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
---	---

работы обучающихся	
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

Методические рекомендации по изучению дисциплины «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» предназначены для организации процесса изучения студентами теоретических и практических материалов дисциплины, а также для повышения эффективности самостоятельного изучения.

Занятия организуются в традиционных для вуза формах - лекции, практические занятия, самостоятельная работа. Для студентов заочной формы обучения большая часть часов отводится на самостоятельное изучение дисциплины.

Организация учебного процесса предусматривает лекционный курс, практические занятия и самостоятельную работу студентов. Лекция. Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать 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 удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на лабораторном занятии.

Перед посещением лекции необходимо ознакомиться с ее темой и содержанием. После того, как лекция прослушана, нужно проработать вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение. После каждой лекции помещены вопросы, ответы на которые помогут студентам проконтролировать себя, показать, насколько они хорошо и глубоко усвоили материал. На некоторые вопросы достаточно устного ответа, но некоторые надо законспектировать ответ. Практическое занятие. При подготовке к практическому занятию следует ознакомиться с вопросами, относящимися к теме данного занятия, тщательно проработать материал, изложенный на лекциях, а также материал, имеющийся в учебных пособиях и других источниках, рекомендуемых преподавателем.

На практическом занятии нужно внимательно следить за процессом обсуждения вопросов темы занятия и активно участвовать в их решении, чтобы лучше понять и запомнить основные положения и выводы, вытекающие из обсуждения, сделать соответствующие записи в тетради.

Для успешной подготовки экзамену в первую очередь необходимо ознакомиться с примерными вопросами для экзамена. Повторив теоретический материал по учебникам,

внимательно просмотрите записи, сделанные при прослушивании лекций, подготовке к практическим занятиям. Обратит особое внимание на выводы и обобщения, сделанные в ходе лабораторных занятий.

Методические указания по организации самостоятельной работы. В связи с ограниченным количеством аудиторных часов на изучение «», часть общего объема часов изучается студентами самостоятельно под руководством преподавателя.



Разработчик/группа разработчиков:  
Анастасия Александровна Люлицина

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.