

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 Теоретических основ физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической
культуры и спорта

Геберт Виталий
Климентьевич

« ____ » _____ 20 ____
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.18.03 Мониторинг физического состояния и уровня подготовленности спортсменов
на 108 часа(ов), 3 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 2023)
Форма обучения: Заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование у студентов необходимых компетенций для проведения мониторинга (сбора, анализа, описания и последующего использования полученных результатов в тренировочной деятельности) основных показателей физического состояния и различных видов подготовленности спортсменов с учетом специализации

Задачи изучения дисциплины:

изучить основные методики, применяемые для оценки параметров физического развития спортсменов с учетом специализации

изучить основные методики, применяемые для оценки параметров функционального состояния спортсменов с учетом специализации

изучить основные методики, применяемые для оценки показателей различных видов подготовленности спортсменов с учетом специализации

приобрести практические навыки и умения в проведении процедур сбора, обработки, интерпретации и дальнейшего использования в тренировочном процессе полученной информации о показателях физического и функционального состояния, а также различных видов подготовленности спортсменов с учетом специализации

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Мониторинг физического состояния и уровня подготовленности спортсменов» является важным предметом профессиональной подготовки бакалавров, получающих образование по направлению подготовки Физическая культура, профиль Спортивная тренировка. Она непосредственно связана с такими основополагающими дисциплинами как «Теория и методика физической культуры» и «Теория и методика спортивной тренировки», «Отбор в системе подготовки спортсменов» и др., дополняет и конкретизирует их в части контроля и учета показателей физического состояния занимающихся. Знания, умения и навыки, полученные в ходе освоения данной дисциплины необходимы при осуществлении практической деятельности в области спортивной тренировки.

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

Виды занятий	Семестр 7	Всего часов
Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	16	16
Лекционные (ЛК)	8	8

Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	8	8
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	92	92
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-9	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие 	<p>Знать: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов),

<p>компенсаторноприспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. 	<p>методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.
---	--

	<p>техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. 	
ОПК-9	<p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС;

<p>оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, ниометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, 	<ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.
--	--

	<p>методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. 	
ОПК-9	<p>ОПК-9.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических 	<p>Владеть: Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.

	<p>параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. 	
ОПК-11	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроле, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов(технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в 	<p>Знать: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроле, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте;

	<p>исследовании физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научноисследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки 	
ОПК-11	<p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического

<ul style="list-style-type: none"> - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной 	<ul style="list-style-type: none"> состояния и подготовленности спортсменов; - анализировать и оценивать эффективность учебнотренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.
--	--

работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, RWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);

- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;
- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;
- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);
- анализировать и оценивать эффективность учебнотренировочного процесса в ИВС;
- интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС;
- анализировать и

	<p>интерпретировать полученные результаты;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений. 	
ОПК-11	<p>ОПК-11.2. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований. 	<p>Владеть: Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
ПК-1	<p>ПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организацию деятельности обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы; - организацию досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы; 	<p>Знать: - методы педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинг и оценку качества реализации педагогами дополнительных общеобразовательных программ

	<ul style="list-style-type: none"> - методы педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы; - программно-методическое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной программы; - организацию и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых; - организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования; - мониторинг и оценку качества реализации педагогами дополнительных общеобразовательных программ; - организацию и проведение массовых досуговых мероприятий; - организационно-педагогическое 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	<p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, 	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы; - осуществлять мониторинг и оценку качества реализации дополнительных общеобразовательных программ

	<p>при решении задач обучения и воспитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 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	<p>ПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы; 	<p>Владеть: Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществления педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеобразовательной программы; - проведения мониторинга и

<ul style="list-style-type: none"> - 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-педагогического сопровождения методической деятельности педагогов дополнительного образования; - проведения мониторинга и оценки качества реализации дополнительных общеобразовательных программ; - организации и проведения массовых досуговых мероприятий; - осуществления организационно-педагогического обеспечения развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых; - организации дополнительного 	<p>оценки качества реализации дополнительных общеобразовательных программ</p>
--	---

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

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	Мониторинг как вид научно-практической деятельности спортивного тренера	Общие теоретико-методические основы мониторинговых исследований. Теоретико-методические основы мониторинговых исследований в спорте	22	2	0	0	20
	1.2	Мониторинг показателей физического развития спортсменов с учетом специализации	Физическое развитие человека и факторы его определяющие. Влияние занятий спортом на показатели физического развития человека. Методика исследования и оценки показателей физического развития спортсменов. Оценка показателей физического развития спортсменов. Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей физического развития спортсменов (интерпретация,	30	2	2	0	26

			представление и использование информации о показателях физического развития спортсменов в тренировочном процессе)					
	1.3	Мониторинг показателей функционального состояния спортсменов с учетом специализации	Характеристика основных функциональных систем организма человека. Влияние занятий спортом на основные функциональные системы организма человека. Методика исследования и оценки показателей функционального состояния спортсменов. Оценка показателей функционального состояния спортсменов. Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей функционального состояния спортсменов (интерпретация, представление и использование информации о показателях функционального состояния спортсменов в тренировочном процессе).	30	2	2	0	26
	1.4	Мониторинг показателей различных видов подготовки спортсменов с учетом специализации	Виды подготовки спортсменов и их характеристика. Особенности содержания различных видов подготовки спортсменов в зависимости от	36	2	4	0	30

		и	специализации (на примере ИВС). Методика исследования и оценки показателей физической и технической подготовленности спортсменов. Оценка показателей физической и технической подготовленности спортсменов. Методика исследования и оценки показателей тактической, психологической и теоретической подготовленности спортсменов. Оценка показателей тактической, психологической и теоретической подготовленности спортсменов. Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей различных видов подготовленности спортсменов (интерпретация, представление и использование информации в тренировочном процессе)					
Итого				118	8	8	0	102

3.2. Содержание разделов дисциплины

3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

1	1.2	Методика исследования и оценки показателей физического развития спортсменов.	Методы исследования и оценки показателей физического развития спортсменов	2
	1.3	Методика исследования и оценки показателей функционального состояния спортсменов.	Методы исследования и оценки показателей функционального состояния спортсменов. Функциональные пробы.	2
	1.4	Методика исследования и оценки показателей физической и технической подготовки спортсменов. Методика исследования и оценки показателей тактической, психологической и теоретической подготовки спортсменов.	Определение понятия физическая подготовка, ее виды, методы исследования показателей физической подготовленности спортсменов. Определение понятия техническая подготовка, ее виды, методы исследования показателей технической подготовленности спортсменов. Определение понятия тактическая подготовка, ее виды, методы исследования показателей тактической подготовленности спортсменов. Определение понятия психологическая подготовка, ее виды, методы исследования показателей психологической подготовленности спортсменов. Определение понятия теоретическая подготовка, ее виды, методы исследования показателей теоретической подготовленности спортсменов.	2

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.3	Оценка показателей функционального состояния спортсменов.	Выполнение практико-ориентированного задания по оценке состояния здоровья спортсменов по методике Белова	2

	1.4	Оценка показателей физической и технической подготовленности спортсменов.	Выполнение практико-ориентированного задания	2
	1.4	Оценка показателей тактической, психологической и теоретической подготовленности спортсменов.	Выполнение практико-ориентированного задания	2

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	Теоретико-методические основы мониторинговых исследований в спорте	Изучение научно-методической литературы по рассматриваемым темам. Конспектирование.	20
	1.2	Физическое развитие человека и факторы его определяющие. Влияние занятий спортом на показатели физического развития человека. Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей физического развития	Изучение научно-методической литературы по изучаемой теме. Конспектирование. Выполнение практико-ориентированных заданий.	26

		спортсменов (интерпретация, представление и использование информации о показателях физического развития спортсменов в тренировочном процессе)		
	1.3	<p>Характеристика основных функциональных систем организма человека. Влияние занятий спортом на основные функциональные системы организма человека.</p> <p>Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей функционального состояния спортсменов (интерпретация, представление и использование информации о показателях функционального состояния спортсменов в тренировочном процессе).</p>	<p>Изучение научно-методической литературы. Конспектирование. Выполнение практико-ориентированных заданий</p>	26
	1.4	<p>Виды подготовки спортсменов и их характеристика. Особенности содержания различных видов подготовки спортсменов в зависимости от специализации (на примере ИВС).</p> <p>Управление тренировочным процессом на основе анализа результатов оценки показателей различных видов подготовленности</p>	<p>Изучение научно-методической литературы. Конспектирование. Выполнение практико-ориентированных заданий.</p>	30

		спортсменов (интерпретация, представление и использование информации в тренировочном процессе)		
--	--	---	--	--

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. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) : монография / Иорданская Ф.А. - Москва : Спорт, 2021. - 176 с.

2. Горская И. Ю. Мониторинг физического развития и физической подготовленности спортсменов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Горская И. Ю., Баймакова Л. Г., Кайгородцева О. В. - Омск : СибГУФК, 2021. - 120 с.

5.1.2. Издания из ЭБС

1. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) : монография / Иорданская Ф.А. - Москва : Спорт, 2021. - 176 с.

2.

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шибаева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с.

2. Николенко, Ю.Ф. Проектирование процесса физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 173 с.

3. Проектирование физического воспитания школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Геберт В.К., Николенко Ю.Ф., Шибаева А.А., Овчинникова Е.И. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 212 с.

5.2.2. Издания из ЭБС

1. Проектирование физического воспитания школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Геберт В.К., Николенко Ю.Ф., Шibaева А.А., Овчинникова Е.И. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 212 с.

2. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шibaева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с.

3. Николенко, Ю.Ф. Проектирование процесса физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 173 с.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»	https://e.lanbook.com/
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	https://e.lanbook.com/

6. Перечень программного обеспечения

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

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, закрепленной 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, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Изучение дисциплины должно осуществляться с опорой на межпредметные связи. В процессе освоения данной дисциплины особую роль играют знания по возрастной педагогике, психологии, физиологии и др. наук.

Разработчик/группа разработчиков:
Юлия Фёдоровна Николенко

Типовая программа утверждена

Согласована с выпускающей кафедрой
Заведующий кафедрой

_____ «___» _____ 20___ г.