

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.02.01 Отбор в системе подготовки 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 2021)
Форма обучения: Заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно проводить отбор в системе подготовки спортсменов и прогнозировать результаты на этапах многолетней спортивной подготовки.

Задачи изучения дисциплины:

1. Изучить исторические аспекты системы отбора, термины и их понятия, их значения.
2. Изучить этапы спортивного отбора, их содержание, критерии, возрастные границы.
3. Изучить средства диагностики специальных способностей спортсменов с учётом специализации.
4. Изучить медико-биологические, психологические предпосылки развития спортивных способностей.
5. Изучить критерии отбора в группы и секции по видам спорта.
6. Научиться разрабатывать методику отбора в группы и секции по ИВС с учетом морфологических особенностей спортсмена.
7. Научиться подбирать тесты для оценки физической, технической подготовленности для отбора на более высокий уровень подготовки.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

«Отбор в системе подготовки спортсменов» относится к дисциплинам «предметно-профессионального» модуля. Дисциплина тесно взаимосвязана с дисциплинами «Технологии спортивной тренировки», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика спортивной тренировки», «Анатомия», «физиология», «Спортивная биохимия» и другими дисциплинами. Освоение дисциплины «Отбор в системе подготовки спортсменов» необходимо студентам для прохождения в дальнейшем учебной практики в спортивных школах и проведению научных исследований по направлению профессиональной подготовки. Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре на ОФО и на 2 курсе в 4 семестре на ЗФО.

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 4	Всего часов
Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	10	10
Лекционные (ЛК)	4	4

Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	62	62
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
ОПК-2	<ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, «неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и 	<p>Знать: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, «неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - анатомио-физиологические и психологические особенности лиц

методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов;

- анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
- механические характеристики тела человека и его движений;
- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;
- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;
- научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС;
- особенности детей, одаренных в ИВС;
- методики массового и индивидуального отбора в ИВС.

различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;

- научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС;
- особенности детей, одаренных в ИВС;
- методики массового и индивидуального отбора в ИВС.

Уметь: - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека;

- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом;
- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом;
- определять показатели и критерии начального отбора в ИВС;
- использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию;

Владеть: - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;

- проведения оценки функционального состояния человека;
- обоснования подходов к отбору,

		<p>спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ПК-2	<ul style="list-style-type: none"> - процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине; - методику совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма спортсменов; - методику развития навыков соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине; - планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине; - особенности подготовки спортсменов к достижению высоких спортивных результатов; - методику тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине. - осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции 	<p>Знать: - процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине. <p>Уметь: - осуществлять процесс отбора обучающихся в группы и секции на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять тренировочный процесс со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине. <p>Владеть: - проведения тренировочного процесса со спортсменами на этапах спортивной подготовки по виду спорта, спортивной дисциплине.</p>

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
- 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 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 аспекты спортивного отбора	Исторический обзор системы отбора. Проблемы отбора в современной России. Анализ проблемы спортивного отбора в различных странах	17	1	2	0	14
2	2.1	Характеристика этапов спортивного отбора	Определение содержания этапов отбора в научных трудах советских ученых. Отбор, варианты этапов, их содержание в других странах.	17	1	2	0	14
3	3.1	Развитие и диагностика специальных способностей спортсменов	Развитие и диагностика координационных способностей. Развитие и диагностика силовых и скоростных способностей. Развитие и диагностика способности к выносливости и гибкости у спортсменов.	26	1	1	0	24
4	4.1	Современная модель этапов отбора,	Базовый спортивный отбор. Отбор двигательного-способных	12	1	1	0	10

		содержание этапов, критерии отбора,	детей. Отбор одаренных спортсменов. Общие проблемы отбора талантливых спортсменов. Отбор талантливых спортсменов в вуз. Отбор спортивной элиты.					
Итого				72	4	6	0	62

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	Исторический обзор системы отбора Проблемы отбора в современной России Анализ проблемы спортивного отбора в различных странах	Проблемы поиска спортивных талантов. Теоретико-методологические и методические вопросы спортивного отбора. Конференции и симпозиумы по вопросам спортивного отбора. Понятия спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе многолетней подготовки спортсменов. Анализ проблемы спортивного отбора в США. Анализ проблемы спортивного отбора в ГДР.	1
2	2.1	Определение содержания этапов отбора в научных трудах советских ученых Отбор, варианты этапов, их содержание в других странах	Система спортивного отбора по В.М. Волкову и В.П. Филину. Психологический аспект организации спортивного отбора. Этапы спортивного отбора в США. Этапы спортивного отбора в ГДР.	1
3	3.1	Развитие и диагностика координационных	Развитие координационных способностей человека. Сенситивные периоды развития координационных способностей человека. Общие	1

		<p>способностей</p> <p>Развитие и диагностика силовых и скоростных способностей</p> <p>Развитие и диагностика способности к выносливости и гибкости у спортсменов</p>	<p>координационные способности.</p> <p>Координационные способности рук.</p> <p>Относительная мышечная сила.</p> <p>Скоростная сила. Статическая и силовая выносливость.</p> <p>Онтогенетическое развитие динамической силовой выносливости. Простая двигательная реакция. Простая слухомоторная реакция. Быстрота одиночного движения. Сенситивные периоды развития силы и скорости. Общая выносливость. Специфическая выносливость. Требования, предъявляемых к развитию различных видов выносливости.</p> <p>Онтогенетическое развитие динамической силовой выносливости. Развитие гибкости человека. Уровень развития гибкости позвоночного столба, тазобедренных, коленных, голеностопных, плечевых, локтевых, лучезапястных суставов.</p>	
4	4.1	<p>Базовый спортивный отбор. Отбор двигательно-способных детей. Отбор одаренных спортсменов.</p> <p>Общие проблемы отбора талантливых спортсменов.</p> <p>Отбор талантливых спортсменов в вуз. Отбор спортивной элиты. Задачи этапа отбора одаренных спортсменов.</p> <p>Классификация и типов конституции</p>	<p>Задачи базового спортивного отбора.</p> <p>Показатели здоровья. Анкета здоровья. Обследование состояния здоровья ребенка (кожа, ЦНС, глаза, уши, нос и горло, дыхательная система, сердечно-сосудистая система, костно-мышечная система, суставы). Задачи этапа отбора двигательно-способных детей. Дети с ускоренным биологическим развитием.</p>	1

		<p>человека. Пути решения задач проблемы отбора талантливых спортсменов. Комплектование команды. Различные системы отбора талантливых спортсменов в высшие учебные заведения. Задачи отбора спортивной элиты.</p>	
--	--	---	--

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Проблемы отбора в современной России	Структура многолетнего процесса занятий спортом. Изучение проблемы спортивного отбора в 1990-2000 годах.	2
2	2.1	Определение содержания этапов отбора в научных трудах советских ученых Отбор, варианты этапов, их содержание в других странах	Система спортивного отбора Л.П. Сергиенко. Этапы спортивного отбора в Китае. Этапы спортивного отбора в Италии.	2
3	3.1	Развитие и диагностика координационных способностей	Диагностика способности к дифференцированию параметров движений. Челночный бег 4*10 м. Броски теннисного мяча на точность. Прыжки в длину с места с оценкой	1

		<p>Развитие и диагностика силовых и скоростных способностей</p> <p>Развитие и диагностика способности к выносливости и гибкости у спортсменов</p>	<p>пространственных параметров.</p> <p>Прыжки с прибавками. Оценка восприятия времени. Бег с воспроизведением заданной скорости. Набрасывание кольца на стойку. Диагностика способности к сохранению устойчивости позы (равновесию). Статическое равновесие о методике Е.Я. Бондаревского. Статическое равновесие по методике Бирюка.</p> <p>Проба «динамическое равновесие». Тест с восстановлением равновесия. Диагностика способности к общей координированности движений.</p> <p>Сложно-координационные упражнения с сочетанием движением рук и ног. Прыжок с места вперед и назад. Прыжки с места вперед, назад, вправо, влево. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение одновременно двух мячей на дистанции 30 м.</p> <p>Диагностика развития силовых способностей спортсменов. Прыжок вверх с места. Прыжок вверх с места с отягощением. Подъем тела силой икроножных мышц. Сед на одной ноге, прислонившись спиной к стене.</p> <p>Диагностика развития скоростных способностей спортсменов.</p> <p>Определение быстроты в целостных двигательных действиях. Бег на 30 м с хода. Упражнения, выполняемые с максимальной скоростью. Измерение реакции выбора движений.</p> <p>Определение быстроты одиночного движения. Диагностика развития способности к выносливости у спортсменов. Диагностика кардиореспираторной выносливости. Тест Купера. Степ-тест. Диагностика специфической выносливости.</p> <p>Диагностика специальной выносливости. Диагностика развития гибкости спортсменов. Контроль подвижности в суставах позвоночного столба. Контроль подвижности в голеностопных суставах. Заведение рук за спину.</p>	
--	--	---	--	--

4	4.1	<p>Базовый спортивный отбор. Отбор двигательно-способных детей Отбор одаренных спортсменов.</p> <p>Общие проблемы отбора талантливых спортсменов.</p> <p>Отбор талантливых спортсменов в вуз. Отбор спортивной элиты.</p>	<p>Сложность прогнозирования развития двигательных способностей. Трудности, обусловленные высокими требованиями, предъявляемыми к организму юного спортсмена современной спортивной тренировкой. Целесообразность начала занятий спортом в оптимальном возрасте. Оценка общих способностей и свойств ребенка. Интеллект и «умственный возраст» ребенка. Память, внимание, мышление, представления, воображение, суждение, умозаключение, понятие. Оценка личностных и психологических качеств спортсмена. Система оценки спортивных испытаний по спортивной специализации. Легкая атлетика. Спортивная акробатика. Спортивная гимнастика. Художественная гимнастика. Баскетбол. Программа тестирования кандидатов в сборные.</p>	1
---	-----	---	--	---

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	<p>Методические основы научных исследований проблемы спортивного отбора. Биологические аспекты спортивного отбора. Анализ диссертационных работ, связанных с проблемами спортивного отбора.</p>	<p>Реферат-обзор Подготовка электронных презентаций Реферат Контрольная работа Устный опрос</p>	14

		<p>Спорт как трудовая деятельность. Центры разработки научно-методических основ спортивного отбора в различных видах спорта.</p> <p>Анализ проблемы спортивного отбора в Китае. Анализ проблемы спортивного отбора в Италии. Анализ проблемы спортивного отбора во Франции.</p>		
2	2.1	<p>Система спортивного отбора Сахновского К.П.</p> <p>Система спортивного отбора Платонова В.Н.</p> <p>Этапы спортивного отбора во Франции</p>	<p>Подготовка электронных презентаций Реферат</p> <p>Подготовка электронных презентаций Реферат</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Устный опрос</p>	14
3	3.1	<p>Значимость развития КС для спортсменов различных видов спорта. Ведущие КС в различных спортивных играх.</p> <p>Нормативные оценки развития КС (челночный бег, метание т/м, прыжки с «надбавками», набрасывание колец на стойку). Нормативные оценки статического равновесия, с восстановлением равновесия.</p> <p>Относительная сила мышц рук у детей.</p> <p>Нормативные оценки относительной силы.</p> <p>Показатели быстроты движений. Значимость развития скоростных способностей для спортсменов различных видов спорта.</p> <p>Значимость развития выносливости для спортсменов различных видов спорта. МПК у</p>	<p>Реферат Составление и заполнение таблиц</p> <p>Подготовка электронных презентаций Составление и заполнение таблиц</p> <p>Составление и заполнение таблиц Контрольная работа Устный опрос</p>	24

		<p>спортсменов и у не спортсменов.</p> <p>Нормативные оценки развития выносливости.</p> <p>Значимость развития подвижности в суставах для спортсменов различных видов спорта.</p> <p>Оценка показателей подвижности в суставах позвоночного столба.</p>		
4	4.1	<p>Частота выявления признаков дисплазии соединительной ткани у юных спортсменов.</p> <p>Возраст начала занятий, специализированной подготовки и наивысших достижений в различных видах спорта.</p> <p>Организационные основы спортивного отбора.</p> <p>Критерии отбора двигательного-способных детей в разных странах.</p> <p>Тесты для проведения проверки IQ. Виды памяти для спорта.</p> <p>Критерии способности юных спортсменов к обучаемости.</p> <p>Исследования спортивного отбора Волкова И.П., Юшко Б.Н., Л.П. Макаренко.</p> <p>Виды испытаний и нормативные оценки специальной подготовленности, рекомендуемые при отборе в вузы. Основные компоненты психологической готовности спортсменов.</p>	<p>Реферат Составление и заполнение таблиц</p> <p>Подготовка электронных презентаций Реферат</p> <p>Составление и заполнение таблиц Подготовка электронных презентаций</p> <p>Составление и заполнение таблиц Контрольная работа Устный опрос</p>	10

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. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
2. Волков В.М. Филин В.П. Спортивный отбор. – М.: фис, 2003. – 176 с. 3.
3. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена. — М.: Физкультура и спорт, 1970.-200 с.
4. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. – М.: ИКА, 1998. – 288 с.
5. Староста В. Современная система отбора юных спортсменов для занятий спортом // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. –№ 2. – С. 51–55.

5.1.2. Издания из ЭБС

1. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика : монография / Л.П. Сергиенко. — Москва : Советский спорт, 2014. — 1048 с. — ISBN 978-5-9718-0458-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/51925> (дата обращения: 20.01.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко. В.А. Прогнозирование в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1986. - 192с.
2. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований по проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физической культуры, 2006. – № 1. – с. 33-31 3.
3. Брянкин С.В. Жданов Л.Н. Шустин Б.Н. Спортивный отбор и ориентация. – Смоленск: СГИФК, 2007. – 68 с.
4. Гужаловский, А.А. Проблемы теории спортивного отбора / А.А. Гужаловский // Теория и практика физической культуры. - 1986. - №8. - 24-25 с.
5. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренностей и поиск талантов спорте. – М.: спортакадемпресс, 2000. – 112 с.

5.2.2. Издания из ЭБС

1. Семенова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами спорта : учебное пособие / Г.И. Семенова. — Екатеринбург : УрФУ, 2015. — 104 с. — ISBN

978-5-7996-1412-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/98697> (дата обращения: 20.01.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Каталог «Образовательные ресурсы сети Интернет для общего образования»	http://catalog.iot.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:

- 1) Mozilla Firefox
- 2) Система ГАРАНТ

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

Методические рекомендации по изучению дисциплины «Отбор в системе подготовки спортсменов» 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; пометить 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 лабораторному 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 дисциплины «Отбор в системе подготовки спортсменов», 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.