

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

ИНН/КПП 7813664723/530001001, ОГРН 1227800096226,
Юридический адрес: 173003, Новгородская область, г.о. Великий Новгород, г. Великий Новгород,
ул. Лазаревская, д. 11

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

«Тренер-преподаватель»

Квалификация
Тренер-преподаватель

Вид профессиональной деятельности
Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся

Общая трудоемкость
550 академических часов

Форма обучения
Заочная

Великий Новгород

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1. Актуальность программы	3
1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы.....	3
1.3. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения	4
1.4. Категория обучающихся	12
1.5. Форма обучения	12
1.6. Срок освоения программы.....	12
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	12
2.1. Учебный план.....	12
2.2. Учебно-тематический план.....	13
2.3. Календарный учебный график	24
3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН.....	25
3.1. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС».....	25
3.2. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Педагогика»	28
3.3. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Общая психология».....	32
3.4. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Возрастная психология»	34
3.5. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы спортивной психологии»	37
3.6. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры»	40
3.7. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена».....	44
3.8. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу»	46
3.9. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Комплексная организация тренировочного процесса»	49
3.10. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта»	53
3.11. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта»	56
3.12. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы и способы оказания первой помощи»	59
3.13. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	61
4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ	63
4.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	63
4.2. Формы итоговой аттестации.....	63
4.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ	63
4.4. Оценочные материалы	64
5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	66
5.1. Материально-технические условия реализации программы.....	66
5.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)	66
5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	67
5.4. Кадровое обеспечение программы	70

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Актуальность программы

Направленность образовательной программы

Программа профессиональной переподготовки направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретение новой квалификации.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ:

- ориентация на подготовку специалистов, способных осуществлять планирование, организацию и проведение занятий физической культурой и спортом в организациях общего образования, дополнительного образования и спортивной подготовки;
- оптимальное сочетание фундаментальной психолого-педагогической подготовки и специальных дисциплин;
- высокий процент практико-ориентированной подготовки, направленной на формирование реальных профессиональных умений: планирование учебно-тренировочного процесса, проведение отбора, организацию занятий и анализ результатов.

Актуальность программы

Программа является актуальной в связи с реализацией государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», а также необходимостью повышения качества физического воспитания в образовательных организациях. В условиях модернизации системы общего и дополнительного образования, реализации ФГОС и повышения требований к качеству физического воспитания существует устойчивая потребность в квалифицированных тренерах-преподавателях, обладающих комплексными компетенциями.

Новизна программы в системе образования

Новизна заключается в эффективном сочетании педагогической, психологической и спортивно-методической подготовки в рамках одной компактной программы. Особенностью является акцент на формировании универсальных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать как в общеобразовательных организациях, так и в системе спортивной подготовки и дополнительного образования.

1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940).
4. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 952н).
5. Локальные нормативные акты Образовательной организации.

1.3. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: формирование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в сфере проведения тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью, приобретение новой квалификации.

Задачи:

- сформировать готовность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом в соответствии с ФГОС и федеральными стандартами спортивной подготовки;
- обучить методикам проведения мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора;
- развить практические навыки проведения занятий физической культурой и спортом с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- подготовить к организации участия в спортивных соревнованиях и физкультурных мероприятиях, включая обеспечение безопасности;
- сформировать компетенции в области психолого-педагогического сопровождения и анализа результатов учебно-тренировочного процесса;
- обеспечить знание нормативно-правовых основ, требований безопасности и здоровьесберегающих технологий.

Характеристика нового вида профессиональной деятельности

Область профессиональной деятельности: физическая культура и спорт.

Объекты профессиональной деятельности: спортивная подготовка и физическое воспитание.

Виды профессиональной деятельности: ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся.

Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, готов решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;
- проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;
- проведение занятий физической культурой и спортом;
- организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Уровень квалификации

Достижение 6 уровня квалификации в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель».

Присваиваемая квалификация: тренер-преподаватель.

Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в процессе освоения программы

В процессе освоения программы обучающийся формирует:
 общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Планируемые результаты обучения

Практический опыт	Умения	Знания
ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся: ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом		
1. Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки 2. Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на	1. Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной	1. Концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки 2. Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры 3. Цели и задачи тренировочного

реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов 3. Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта	направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта 2. Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы	процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки 4. Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования 5. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки 6. Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта 7. Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы 8. Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки 9. Положения теории и методики физической культуры, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и
---	---	--

		гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся: ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией		
1. Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку 2. Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования 3. Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в	1. Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся 2. Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта 3. Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования	1. Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений 2. Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта 3. Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов 4. Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды

организации дополнительного образования		(юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: предолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях 5. Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности 6. Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор 7. Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолжительный) отбор 8. Степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта 9. Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор 10. Методики спортивного отбора и ориентации 11. Положения теории и методики физической культуры, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии,
--	--	---

		физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся: ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом		
1. Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки 2. Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов 3. Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные	1. Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов 2. Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования 3. Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта 4. Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся,	1. Основные нормативные правовые акты разного уровня: международного - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации) 2. Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности 3. Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки 4. Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами 5. Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки 6. Положения теории и методики

образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки	определять уровень мотивации 5. Оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы 6. Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся	физической культуры, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся: ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях		
1. Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий 2. Проведение отбора для участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях 3. Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях 4. Обеспечение	1. Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования 2. Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности 3. Анализировать результаты	1. Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность 2. Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности 3. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта 4. Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные общероссийской антидопинговой организацией в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, по согласованию с ним, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями 5. Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние

безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях 5. Анализ соревновательной деятельности и ее результатов для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	6. Положения теории и методики физической культуры, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
---	--	---

Деятельность слушателей носит активный, практико-ориентированный характер.

Основные направления деятельности слушателей:

- *учебно-познавательная деятельность*:

освоение нормативно-правовых, педагогических, психологических и спортивно-методических основ профессиональной деятельности;

прохождение тестирования, выполнение практических заданий.

- *проектно-конструктивная деятельность*:

разработка планов, рабочих программ, конспектов занятий, методических материалов

- *практическая (моделирующая) педагогическая деятельность*:

моделирование тренировочных занятий, проведение отбора, организация соревновательной деятельности

- *аналитико-рефлексивная деятельность*:

анализ результатов, оценка эффективности процесса, рефлексия собственной деятельности.

Все виды деятельности реализуются с использованием дистанционных технологий в СДО с использованием лекций, видео, тестов, практических заданий. Общий объем практической работы слушателей составляет около 45 % от 550 часов (в соответствии с учебным планом).

Данная структура обеспечивает переход от знаниевого к компетентностному подходу и полное соответствие требованиям профессионального стандарта.

1.4. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.5. Форма обучения

Заочная.

1.6. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 550 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемко сть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекц ии	Тестирова ние	Практичес кие занятия	
Нормативно-правовой раздел						
1	Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС	18	10	2	6	З
Психолого-педагогический раздел						
2	Педагогика	48	20	8	20	З
3	Общая психология	48	20	8	20	З
4	Возрастная психология	24	16	2	6	З
5	Основы спортивной психологии	62	36	8	18	ДЗ
Раздел специальных дисциплин						
6	Теория и методика физической культуры	46	36	4	6	ДЗ
7	Биомеханика физических	62	36	8	18	З

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

	упражнений. Спортивная гигиена					
8	Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательн ому процессу	28	18	4	6	3
9	Комплексная организация тренировочного процесса	46	36	4	6	3
10	Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта	54	28	8	18	ДЗ
11	Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта	54	28	8	18	ДЗ
12	Основы и способы оказания первой помощи	28	18	4	6	3
13	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24	16	2	6	3
Итоговая аттестация		8				Итоговый междисциплина рный экзамен
ИТОГО		550				

2.2. Учебно-тематический план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вс его час ов	Содержание лекций (количество часов)	Содержание практических занятий (количество часов)	Тестиро вание
Нормативно-правовой раздел					
1	Нормативно- правовое	18	Общая характеристика законодательства,	Выполните задание:	Тест (2 часа)

	обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС		регулирующего отношения в сфере образования. Право на образование. Система образования в Российской Федерации. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования. Педагогические работники. Право на занятие педагогической деятельностью. Правовой статус педагогических работников. Возникновение образовательных отношений. Особенности реализации общего образования, профессионального образования, дополнительного образования. ФГОС. Требования образовательного стандарта (10 часов)	Составьте перечень академических прав и свобод, а также трудовых прав и социальных гарантий педагогических работников на основании ст. 47 Закона об образовании в РФ (в свободной форме). (6 часов)	
Психолого-педагогический раздел					
2	Педагогика	48	Объект, предмет и задачи педагогической науки. Взаимосвязь педагогической науки и практики. Методы и средства обучения в школе. Формы организации обучения. Проверка и оценка результатов обучения. Методология практической педагогической деятельности. Целеполагание в педагогической деятельности. Общие закономерности и принципы воспитания.	Выполните задания: 1. Какие из педагогических инноваций, стратегий в плане воспитания духовно и физически здоровой личности вы считаете наиболее перспективными и результативными? Обоснуйте почему. 2. Назовите 5–7 педагогических идей, практическая реализация которых может существенно повысить качество образования в	Тест (8 часов)

			Педагогическое проектирование. Педагогические технологии (20 часов)	России. Обоснуйте свою точку зрения. (20 часов)	
3	Общая психология	48	Психология как наука. История развития психологии. Общая характеристика психологической науки. Развитие психики и происхождение сознания. Познавательная сфера личности. Ощущение, восприятие, внимание. Познавательная сфера личности. Память, мышление, воображение, интеллект. Эмоционально-волевая сфера личности. Структура личности в психологии (20 часов)	Выполните задание: 1. Заполните таблицу «История развития психологии» по образцу. 2. Что выступает объектом и предметом психологии? 3. Охарактеризуйте высший уровень психического отражения. 4. Перечислите психические процессы. Чем отличается восприятие от ощущений? 5. Продолжите заполнять таблицу по образцу. Какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях 6. Перечислите и кратко охарактеризуйте виды и формы мышления. 7. Заполните таблицу «Теории эмоций» 8. Для чего нужны эмоции? 9. Чем чувства отличаются от эмоций? 10. Что такое «полевое поведение»? Приведите примеры. 11. Составьте схему «Структура личности человека».	Тест (8 часов)

				12. Чем отличаются задатки от способностей? 13. Составьте обобщенную схему характеристики сознания человека. 14. Что такое Я-концепция? Что входит в структуру Я-концепции? 15. Что представляет собой мотивационная сфера личности? 16. Опишите типы темперамента человека. Ознакомьтесь с опросником Г. Айзенка на диагностику типов темперамента — Личностный опросник Ганса Айзенка (EPI). Пройдите этот тест (вариант А или вариант Б на выбор), опишите получившиеся результаты. (20 часов)	
4	Возрастная психология	24	Предмет и задачи психологии развития и возрастной психологии. Теории развития человека. Дошкольное детство. Младший школьный возраст. Подростковый и юношеский возраст. Развитие зрелой личности (16 часов)	Выполните задания: 1. Заполните таблицу «Методы исследования в возрастной психологии» 2. Что такое стабильные и критические периоды, согласно Л.С. Выготскому? 3. Какая периодизация развития взрослого человека наиболее близка Вам? Опишите её по этапам.	Тест (2 часа)

				4. Заполните таблицу «Периодизация развития личности по 3. Фрейду» 5. Как Вы понимаете выражение: «Важным моментом для развития личности является кризисность»? Дайте определение понятию «возрастной кризис». 6. Опишите дошкольное детство как возрастной период по алгоритму. 7. Опишите младший школьный возраст как возрастной период по алгоритму. 8. Почему учебная деятельность признается ведущей именно в младшем школьном возрасте, а не на всем протяжении школьного обучения? 9. Опишите подростковый и юношеский возраст как возрастной период по алгоритму. 10. Являются ли ориентиры в интеллектуальном и личностном развитии подростка типичными, нормативными достижениями или выступают как «возможности», «идеалы»? 11. Опишите развитие зрелой личности по алгоритму.	
--	--	--	--	--	--

				Выскажите вашу точку зрения по поводу ведущей деятельности в период зрелости. Сравните ее с известными вам позициями психологов. (6 часов)	
5	Основы спортивной психологии	62	Международное спортивное движение и психология спорта. Психологические особенности личности тренера. Психомоторные способности человека. Психологические основы технической подготовки. Проблема спортивного отбора и спортивной ориентации. Проблема личностных особенностей в спорте, понятие «напряженное состояние». Проблема мотивов и мотивации спортивной деятельности. Проблема психологического контроля и управления спортивной деятельностью. Взаимоотношения в системах «тренер — спортсмен», «спортсмен — спортсмен». Социальная психология спортивных групп. Стартовые состояния и предстартовая подготовка спортсменов (36 часов)	Дайте ответы: 1. Какие психомоторные показатели можно использовать для оценки психомоторных способностей? Охарактеризуйте каждый из них. 2. Какое волевое качество проявляется у спортсменов в данных примерах? По каким признакам вы это определили? 3. Охарактеризуйте каждое из четырех состояний соревновательной готовности спортсмена: 1) Недостаточное возбуждение 2) Оптимальное возбуждение 3) перевозбуждение 4) Торможение вследствие перевозбуждения. (18 часов)	Тест (8 часов)
Раздел специальных дисциплин					
6	Теория и методика физической культуры	46	Введение в теорию физической культуры. Основные понятия. Средства формирования физической культуры	Выполните задание: Составьте тренировочную программу физических	Тест (4 часа)

		личности. Классификация физических упражнений. Техника физических упражнений. Методы формирования физической культуры личности. Методические принципы физического воспитания. Обучение двигательным действиям. Развитие двигательных способностей. Структура и методы развития силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Виды выносливости и факторы, влияющие на их проявление. Общая характеристика гибкости. Развитие гибкости. Общая характеристика координационных способностей. Развитие координационных способностей. Формы занятий физическими упражнениями. Планирование и педагогический контроль. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания студентов. Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Физическая культура людей пожилого и старшего возраста. Спортивная подготовка	упражнений для студентов (возраст 18-20 лет) длительностью 2 мезоцикла. На какие упражнения Вы сделаете упор? Оформите результат в форме таблицы. В таблице должно быть отражено: название мезоцикла, сколько раз в неделю будут проходить занятия, какая степень нагрузки, вид спорта и непосредственно само задание? (6 часов)	
--	--	---	---	--

			как многолетний процесс. Построение тренировки в циклах (36 часов)		
7	Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена	62	Основы механики движений человека. Основные понятия динамики. Внешние и внутренние силы. Основные принципы работы рычага и мышц. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата человека. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата. Мышечная система. Распределение масс частей тела. Современные способы регистрации движений. Статика физических упражнений. Динамика физических упражнений. Переместительные движения. Вращательные движения. Гигиена физического воспитания и спорта. Гигиенические требования к современной спортивной одежде и обуви. Гигиенические основы спортивной тренировки. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности. Гигиена закаливания (36 часов)	Выполните задания: 1. На основе лекционного материала и собственного опыта приведите не менее 4 типов движений по каждой категории. Колонки таблицы не связаны друг с другом. 2. Составьте программу закаливания на месяц для самого себя, опишите поэтапно с временными рамками. Вид закаливания можете выбрать самостоятельно. (18 часов)	Тест (8 часов)
8	Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу	28	Система спортивного отбора в России и некоторых других странах. Структура и генетика развития спортивного таланта. Двигательные	Выполните задание: Представьте, что перед Вами стоит цель отбора наиболее перспективных спортсменов из числа учеников	Тест (4 часа)

			способности, одаренность и задатки. Общая характеристика этапов спортивного отбора. Базовый спортивный отбор. Отбор одаренных спортсменов. Отбор талантливых спортсменов. Разработка индивидуализированных программ психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Развитие и совершенствование психологической структуры соревновательной деятельности (18 часов)	общеобразовательной школы. Опишите весь цикл Ваших действий. Какие методические рекомендации Вы будете использовать? На что сделаете упор? (6 часов)	
9	Комплексная организация тренировочного процесса	46	Основные принципы спортивной тренировки. Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса. Стиль обучения и типология спортсмена. Исследование типологии личности спортсмена на практике. Структура тренировочного процесса. Направленность и организация тренировочного занятия. Нагрузка в тренировочном занятии. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства. Формы построения тренировочного процесса. Современные подходы к планированию и построению	Выполните задание: Составьте конспект комбинированного занятия (развитие физических качеств + решение задач тренировки) по своему виду спорта (уровень занимающихся - группа начальной подготовки), обязательно укажите задачи, которые будут решаться на занятии. (6 часов)	Тест (4 часа)

			тренировочного процесса (36 часов)		
10	Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта	54	Физиологическая характеристика циклических движений. Циклические движения. Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и существенные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Общие основы функционирования системы спортивного отбора. Общие основы организации спортивного отбора. Теоретическая подготовка в циклических видах спорта. Физическая подготовка в циклических видах спорта. Техническая и тактическая подготовка. Психологическая и интегральная подготовка. Актуальные проблемы спортивной подготовки. Построение рациона питания спортсмена при организации тренировочного процесса (28 часов)	Дайте развернутые ответы на следующие вопросы: В чем заключается особенность циклических движений? Какие общие черты имеет циклическая двигательная деятельность? Какие зоны являются общими для всех физических упражнений циклического характера? Охарактеризуйте каждую зону. (18 часов)	Тест (8 часов)
11	Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта	54	Состояние физиологических функций при ациклических видах деятельности. Ациклические движения. Выбор эффективных способов движений в тяжелой атлетике. Биомеханический анализ структур тяжелоатлетических	Дайте развернутые ответы на следующие вопросы: 1. Из перечисленных видов спорта выберите те, которые относятся к ациклическим видам спорта. Выпишите их. 2. Какие два вида упражнений	Тест (8 часов)

			упражнений. Оптимизация движения. Оборудование гимнастического зала. Гимнастическая терминология. Общеразвивающие упражнения. Занятия гимнастикой в школе (28 часов)	различают в ациклической деятельности? Охарактеризуйте каждое из них. (18 часов)	
12	Основы и способы оказания первой помощи	28	Понятие «травмы» при занятиях физическими упражнениями и спортом. Основные причины травмирования. Первая помощь: организационно-правовые аспекты оказания первой помощи и понятие «первая помощь». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ранениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ушибах, разрывах, сдавлениях, вывихах и переломах. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при тяжелых ранениях и различных тяжелых травмах. Понятие «иммобилизация». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ожогах и обморожениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при несчастных случаях и острых отравлениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при кровотечениях. Первая доврачебная	Выполните задания: 1. Поставьте предположительный диагноз. 2. Окажите первую помощь. 3. Подпишите схемы-рисунки. (6 часов)	Тест (4 часа)

			непрофессиональная помощь при обмороке, укачивании. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при остановке кровообращения (сердца). Инфаркт. Инсульт (18 часов)		
13	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24	Наследственность, окружающая среда и здоровье. Иммуитет и здоровье. Основные инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения. Вредные привычки и их профилактика. Оптимальный режим труда и отдыха. Культура психоэмоционального поведения (16 часов)	Выполните задание: Опишите в свободной форме инфекционные заболевания и факторы риска их возникновения (исходя из материалов лекций). (6 часов)	Тест (2 часа)
	Итоговая аттестация	8	Итоговый междисциплинарный экзамен (тестирование)		
	ИТОГО	550			

2.3. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС	18	1
2	Педагогика	48	1-3
3	Общая психология	48	3-5
4	Возрастная психология	24	5-6
5	Основы спортивной психологии	62	6-8
6	Теория и методика физической культуры	46	8-10
7	Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена	62	10-12
8	Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу	28	12-13
9	Комплексная организация тренировочного процесса	46	13-15

10	Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта	54	15-17
11	Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта	54	17-19
12	Основы и способы оказания первой помощи	28	19-20
13	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24	20-21
	Итоговая аттестация	8	21

3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН

3.1. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом нормативно-правового обеспечения современного образования и целей и задач в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:
обще профессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе

определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

- цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки

- цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования

- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

- основные нормативные правовые акты разного уровня: международного - конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации)

- требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности

- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность

- требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности

- федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта

- общероссийские антидопинговые правила, утвержденные общероссийской антидопинговой организацией в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, по согласованию с ним, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями;

обучающийся должен уметь:

- разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования

- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС» составляет 18 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС	Лекция/ 10 часов	Общая характеристика законодательства, регулирующего отношения в сфере образования. Право на образование. Система образования в Российской Федерации. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования. Педагогические работники. Право на занятие педагогической деятельностью. Правовой статус педагогических работников. Возникновение образовательных отношений. Особенности реализации общего образования, профессионального образования, дополнительного образования. ФГОС. Требования образовательного стандарта
	Практическое задание 1 /6 часов	Выполните задание: Составьте перечень академических прав и свобод, а также трудовых прав и социальных гарантий педагогических работников на основании ст. 47 Закона об образовании в РФ (в свободной форме).
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия

реализации дополнительной профессиональной программы.

3.2. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Педагогика»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теории педагогики как науки.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

– особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

– цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки

– цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования

- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки
 - формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
 - формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы
 - формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки
 - организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений
 - содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта
 - содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов
 - методики спортивного отбора и ориентации
 - требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
 - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта
 - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;
- обучающийся должен уметь:
- разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной

образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

- выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся

- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования

- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования

- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации

- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы

- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся

- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования

- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности

- анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Педагогика» составляет 48 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 2. Педагогика	Лекция/ 20 часов	Объект, предмет и задачи педагогической науки. Взаимосвязь педагогической науки и практики. Методы и средства обучения в школе. Формы организации обучения. Проверка и оценка результатов обучения. Методология практической педагогической деятельности. Целеполагание в педагогической деятельности. Общие закономерности и принципы воспитания. Педагогическое проектирование. Педагогические технологии
	Практическое задание 2 /20 часов	Выполните задание: 1. Какие из педагогических инноваций, стратегий в плане воспитания духовно и физически здоровой личности Вы считаете наиболее перспективными и результативными? Обоснуйте почему. 2. Назовите 5–7 педагогических идей, практическая реализация которых может существенно повысить качество образования в России. Обоснуйте свою точку зрения.
	Тестирование /8 часов	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия

реализации дополнительной профессиональной программы.

3.3. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Общая психология»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теоретических аспектов психологии.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:
общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– положения общей психологии, анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека

– возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

– возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами

– возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки

– санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность

обучающийся должен уметь:

- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Общая психология» составляет 48 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 3. Общая психология	Лекция/ 20 часов	Психология как наука. История развития психологии. Общая характеристика психологической науки. Развитие психики и происхождение сознания. Познавательная сфера личности. Ощущение, восприятие, внимание. Познавательная сфера личности. Память, мышление, воображение, интеллект. Эмоционально-волевая сфера личности. Структура личности в психологии
	Практическое задание 3 /20 часов	Выполните задание: 1. Заполните таблицу «История развития психологии» по образцу. 2. Что выступает объектом и предметом психологии? 3. Охарактеризуйте высший уровень психического отражения. 4. Перечислите психические процессы. Чем отличается восприятие от ощущений? 5. Продолжите заполнять таблицу по образцу. Какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях 6. Перечислите и кратко охарактеризуйте виды и формы мышления. 7. Заполните таблицу «Теории эмоций» 8. Для чего нужны эмоции? 9. Чем чувства отличаются от эмоций? 10. Что такое «полевое поведение»? Приведите примеры. 11. Составьте схему «Структура личности человека». 12. Чем отличаются задатки от способностей?

		13. Составьте обобщенную схему характеристики сознания человека. 14. Что такое Я-концепция? Что входит в структуру Я-концепции? 15. Что представляет собой мотивационная сфера личности? 16. Опишите типы темперамента человека. Ознакомьтесь с опросником Г. Айзенка на диагностику типов темперамента — Личностный опросник Ганса Айзенка (EPI). Пройдите этот тест (вариант А или вариант Б на выбор), опишите получившиеся результаты.
	Тестирование /8 часов	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.4. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Возрастная психология»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом психологии развития и возрастной психологии.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

- положения возрастной психологии, анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека

- возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами

- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки

- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность обучающийся должен уметь:

- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования

- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования

- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Возрастная психология» составляет 24 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 4. Возрастная психология	Лекция/ 16 часов	Предмет и задачи психологии развития и возрастной психологии. Теории развития человека. Дошкольное детство. Младший школьный возраст. Подростковый и юношеский возраст. Развитие зрелой личности
	Практическое задание 4 /6 часов	Выполните задания: 12. Заполните таблицу «Методы исследования в возрастной психологии» 13. Что такое стабильные и критические периоды, согласно Л.С. Выготскому? 14. Какая периодизация развития взрослого человека наиболее близка Вам? Опишите её по этапам. 15. Заполните таблицу «Периодизация развития личности по З. Фрейду» 16. Как Вы понимаете выражение: «Важным моментом для развития личности является кризисность»? Дайте определение понятию «возрастной кризис». 17. Опишите дошкольное детство как возрастной период по алгоритму. 18. Опишите младший школьный возраст как возрастной период по алгоритму. 19. Почему учебная деятельность признается ведущей именно в младшем

		школьном возрасте, а не на всем протяжении школьного обучения? 20. Опишите подростковый и юношеский возраст как возрастной период по алгоритму. 21. Являются ли ориентиры в интеллектуальном и личностном развитии подростка типичными, нормативными достижениями или выступают как «возможности», «идеалы»? 22. Опишите развитие зрелой личности по алгоритму. Выскажите вашу точку зрения по поводу ведущей деятельности в период зрелости. Сравните ее с известными вам позициями психологов.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.5. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы спортивной психологии»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом основ спортивной психологии.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

- положения психологии физической культуры и спорта, анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека
 - возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
 - возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами
 - возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки
 - санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность
- обучающийся должен уметь:
- оценивать психологическую готовность спортсменов.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы спортивной психологии» составляет 62 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия /	Содержание
------------------	------------------------	------------

	количество часов	
Тема 5. Основы спортивной психологии	Лекция/ 36 часов	Международное спортивное движение и психология спорта. Психологические особенности личности тренера. Психомоторные способности человека. Психологические основы технической подготовки. Проблема спортивного отбора и спортивной ориентации. Проблема личностных особенностей в спорте, понятие «напряженное состояние». Проблема мотивов и мотивации спортивной деятельности. Проблема психологического контроля и управления спортивной деятельностью. Взаимоотношения в системах «тренер — спортсмен», «спортсмен — спортсмен». Социальная психология спортивных групп. Стартовые состояния и предстартовая подготовка спортсменов
	Практическое задание 5 /18 часов	Дайте ответы: 1. Какие психомоторные показатели можно использовать для оценки психомоторных способностей? Охарактеризуйте каждый из них. 2. Какое волевое качество проявляется у спортсменов в данных примерах? По каким признакам вы это определили? 3. Охарактеризуйте каждое из четырех состояний соревновательной готовности спортсмена: 1) Недостаточное возбуждение 2) Оптимальное возбуждение 3) перевозбуждение 4) Торможение вследствие перевозбуждения.
	Тестирование /8 часов	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия

реализации дополнительной профессиональной программы.

3.6. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теории и методики физической культуры.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

– особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

– цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки

– цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования

- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки
- формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
- формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы
- формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки
- положения теории и методики физической культуры, теории спорта
- содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов
- характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор
- методики спортивного отбора и ориентации
- требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
- возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами
- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки
- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность
- требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
- федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта обучающийся должен уметь:

- разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта
- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы
- выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся
- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта
- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования
- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов
- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся
- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования
- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на

нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности

– анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры» составляет 46 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 6. Теория и методика физической культуры	Лекция/ 36 часов	Введение в теорию физической культуры. Основные понятия. Средства формирования физической культуры личности. Классификация физических упражнений. Техника физических упражнений. Методы формирования физической культуры личности. Методические принципы физического воспитания. Обучение двигательным действиям. Развитие двигательных способностей. Структура и методы развития силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Виды выносливости и факторы, влияющие на их проявление. Общая характеристика гибкости. Развитие гибкости. Общая характеристика координационных способностей. Развитие координационных способностей. Формы занятий физическими упражнениями. Планирование и педагогический контроль. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания студентов. Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Физическая культура людей пожилого и старшего возраста. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Построение тренировки в циклах
	Практическое задание 6 /6 часов	Выполните задание: Составьте тренировочную программу физических упражнений для студентов (возраст 18-20 лет) длительностью 2

		мезоцикла. На какие упражнения Вы сделаете упор? Оформите результат в форме таблицы. В таблице должно быть отражено: название мезоцикла, сколько раз в неделю будут проходить занятия, какая степень нагрузки, вид спорта и непосредственно само задание?
	Тестирование /4 часа	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.7. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом биомеханики физических упражнений и требований гигиены.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– положения биомеханики двигательной деятельности; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека

– характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор

обучающийся должен уметь:

– реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

– реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования

– реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

– анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации

– оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы

– контролировать и корректировать (при необходимости) величину

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена» составляет 62 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 7. Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена	Лекция/ 36 часов	Основы механики движений человека. Основные понятия динамики. Внешние и внутренние силы. Основные принципы работы рычага и мышц. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата человека. Биомеханическая характеристика

		двигательного аппарата. Мышечная система. Распределение масс частей тела. Современные способы регистрации движений. Статика физических упражнений. Динамика физических упражнений. Переместительные движения. Вращательные движения. Гигиена физического воспитания и спорта. Гигиенические требования к современной спортивной одежде и обуви. Гигиенические основы спортивной тренировки. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности. Гигиена закаливания
	Практическое задание 7 /18 часов	Выполните задания: 1. На основе лекционного материала и собственного опыта приведите не менее 4 типов движений по каждой категории. Колонки таблицы не связаны друг с другом. 2. Составьте программу закаливания на месяц для самого себя, опишите поэтапно с временными рамками. Вид закаливания можете выбрать самостоятельно.
	Тестирование /8 часов	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.8. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по организации эффективного отбора спортсменов и подготовки к соревновательному процессу.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:
общефессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

- цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: предолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях

- условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности

- характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор

- продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолгованный) отбор

- степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта

- этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор

- методики спортивного отбора и ориентации

обучающийся должен уметь:

- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего

образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся
- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования
- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу» составляет 28 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 8. Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу	Лекция/ 18 часов	Система спортивного отбора в России и некоторых других странах. Структура и генетика развития спортивного таланта. Двигательные способности, одаренность и задатки. Общая характеристика этапов спортивного отбора. Базовый спортивный отбор. Отбор одаренных спортсменов. Отбор талантливых спортсменов. Разработка индивидуализированных программ психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Развитие и совершенствование психологической структуры соревновательной деятельности
	Практическое задание 8 /6 часов	Выполните задание:

		Представьте, что перед Вами стоит цель отбора наиболее перспективных спортсменов из числа учеников общеобразовательной школы. Опишите весь цикл Ваших действий. Какие методические рекомендации Вы будете использовать? На что сделаете упор?
	Тестирование /4 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.9. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Комплексная организация тренировочного процесса»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по комплексной организации тренировочного процесса.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

- концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

- особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

- цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки

- цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования

- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

- формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

- формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы

- формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

обучающийся должен уметь:

- разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы
- выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся
- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта
- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования
- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов
- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся
- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования
- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности
- анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Комплексная организация тренировочного процесса» составляет 46 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 9. Комплексная организация тренировочного процесса	Лекция/ 36 часов	Основные принципы спортивной тренировки. Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса. Стил ь обучения и типология спортсмена. Исследование типологии личности спортсмена на практике. Структура тренировочного процесса. Направленность и организация тренировочного занятия. Нагрузка в тренировочном занятии. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства. Формы построения тренировочного процесса. Современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса
	Практическое задание 9 /6 часов	Выполните задание: Составьте конспект комбинированного занятия (развитие физических качеств + решение задач тренировки) по своему виду спорта (уровень занимающихся - группа начальной подготовки), обязательно укажите задачи, которые будут решаться на занятии.
	Тестирование /4 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.10. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:
обще профессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– положения теории и методики обучения базовым видам спорта; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека

– требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности

– возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

– возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами

– возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки

- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность
- требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
- федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта обучающийся должен уметь:
- разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта
- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы
- выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся
- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта
- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования
- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов
- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся

- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования
- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности
- анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта» составляет 54 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 10. Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта	Лекция/ 28 часов	Физиологическая характеристика циклических движений. Циклические движения. Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и сущностные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Общие основы функционирования системы спортивного отбора. Общие основы организации спортивного отбора. Теоретическая подготовка в циклических видах спорта. Физическая подготовка в циклических видах спорта. Техническая и тактическая подготовка. Психологическая и интегральная подготовка. Актуальные проблемы спортивной подготовки. Построение рациона питания спортсмена при организации тренировочного процесса
	Практическое задание 10 /18 часов	Дайте развернутые ответы на следующие вопросы: В чем заключается особенность циклических движений? Какие общие черты имеет циклическая двигательная деятельность? Какие зоны являются общими для всех физических упражнений циклического характера? Охарактеризуйте каждую зону.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.11. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

- положения теории и методики обучения базовым видам спорта; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека
- требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
- возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами
- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки
- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность
- требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
- федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта обучающийся должен уметь:
 - разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта
 - планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы
 - выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся
 - планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта
 - реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную

подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования

- реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов
- реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
- реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
- анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов/обучающихся, определять уровень мотивации
- оценивать результативность тренировочного / образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы
- контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся
- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования
- выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности
- анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта» составляет 54 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 11. Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта	Лекция/ 28 часов	Состояние физиологических функций при ациклических видах деятельности. Ациклические движения. Выбор эффективных способов движений в тяжелой

		атлетике. Биомеханический анализ структур тяжелоатлетических упражнений. Оптимизация движения. Оборудование гимнастического зала. Гимнастическая терминология. Общеразвивающие упражнения. Занятия гимнастикой в школе
	Практическое задание 11 /18 часов	Дайте развернутые ответы на следующие вопросы: 1. Из перечисленных видов спорта выберите те, которые относятся к ациклическим видам спорта. Выпишите их. 2. Какие два вида упражнений различают в ациклической деятельности? Охарактеризуйте каждое из них.
	Тестирование 8 часов	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.12. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы и способы оказания первой помощи»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере оказания первой помощи при различных состояниях и травмах.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– общие принципы оказания первой помощи при различных состояниях и травмах;

обучающийся должен уметь:

– применять приемы первой доврачебной помощи.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы и способы оказания первой помощи» составляет 28 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 12. Основы и способы оказания первой помощи	Лекция/ 18 часов	Понятие «травмы» при занятиях физическими упражнениями и спортом. Основные причины травмирования. Первая помощь: организационно-правовые аспекты оказания первой помощи и понятие «первая помощь». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ранениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ушибах, разрывах, сдавлениях, вывихах и переломах. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при тяжелых ранениях и различных тяжелых травмах. Понятие «иммобилизация». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ожогах и обморожениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при несчастных случаях и острых отравлениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при кровотечениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при обмороке, укачивании. Первая доврачебная

		непрофессиональная помощь при остановке кровообращения (сердца). Инфаркт. Инсульт
	Практическое задание 12 /6 часов	Выполните задания: 1. Поставьте предположительный диагноз. 2. Окажите первую помощь. 3. Подпишите схемы-рисунки.
	Тестирование /4 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.13. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по профилактике возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины: общепрофессиональные компетенции (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

ОПК-4 Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

профессиональные компетенции (ПК) в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель»:

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

ПК 1.1 способность к планированию содержания занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.2 способность к проведению мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК 1.3 способность к проведению занятий физической культурой и спортом;

ПК 1.4 способность к организации участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

Обучающийся должен знать:

– классификацию, факторы риска возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний;

– санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность обучающийся должен уметь:

– анализировать факторы риска возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» составляет 24 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 13. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Лекция/ 16 часов	Наследственность, окружающая среда и здоровье. Иммуитет и здоровье. Основные инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения. Вредные привычки и их профилактика. Оптимальный режим труда и отдыха. Культура психоэмоционального поведения
	Практическое задание 13 /6 часов	Выполните задание: Опишите в свободной форме инфекционные заболевания и факторы риска их возникновения (исходя из материалов лекций).
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на промежуточную аттестацию, входит в общую трудоемкость освоения раздела, дисциплины (модуля) программы и проводится в форме, указанной в учебном плане.

4.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе профессиональной переподготовки предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права вести профессиональную деятельность и выдаче диплома о профессиональной переподготовке.

Итоговая аттестация проводится в форме междисциплинарного экзамена по программе обучения, включающего вопросы по всем разделам, дисциплинам (модулям).

4.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся раздела, дисциплины (модуля) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – от 50 до 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»	Отметка по четырехбалльной системе
81-100	«зачтено»	«отлично»

61-80	«зачтено»	«хорошо»
51-60	«зачтено»	«удовлетворительно»
50 и менее	«не зачтено»	«неудовлетворительно»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе профессиональной переподготовки размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Как воздействуют своим напряжением вспомогательные дыхательные мышцы, которые напряжены для удержания частей тела в статических положениях?

Выберите один ответ:

1. Не мешают дыхательным движениям
2. Мешают дыхательным движениям
3. Помогают дыхательным движениям

2. Что лишнее?

В ациклических движениях различают _____.

Выберите один ответ:

1. конечное положение
2. промежуточное положение
3. исходное положение

3. Что обеспечивает на первоначальном этапе обучения любая организация физической тренировки?

Выберите один ответ:

1. Обеспечивает незначительное повышение результатов
2. Обеспечивает значительное повышение результатов
3. Обеспечивает закрепление результатов

4. Как называется использование средств физического воспитания для восстановления работоспособности и укрепления здоровья?

Выберите один ответ:

1. Спортивное направление
2. Лечебное направление
3. Гигиеническое направление

5. С чем связан первичный мотив физкультурных занятий у ребенка?

Выберите один ответ:

1. С получением удовольствия от усталости из-за движений
2. С получением удовольствия от самих движений
3. С получением удовольствия от осмысленности движений

6. На сколько групп делятся средства развития силовых способностей?

Выберите один ответ:

1. 2 группы
2. 3 группы
3. 4 группы

7. Кем было впервые введено понятие стресса?

Выберите один ответ:

1. Г. Селье
2. Б. А. Вяткиным
3. С.Д. Кирлианом

8. Что такое гипокинезия?

Выберите один ответ:

1. Недостаточная двигательная активность
2. Недостаточная умственная активность
3. Недостаточная нервная активность

9. Каков тип энергообеспечения при пульсе свыше 190 уд/мин?

Выберите один ответ:

1. Аэробный
2. Смешанный, но преимущественно анаэробный
3. Преимущественно анаэробный

10. Как соотносятся в общей теории спорта понятия «спортивное соревнование» и «спортивное состязание»?

Выберите один ответ:

1. Как равнозначные
2. Понятие «спортивное соревнование» шире понятия «спортивное состязание»
3. Понятие «спортивное состязание» шире понятия «спортивное соревнование»

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания:

1. На основе лекционного материала и собственного опыта приведите не менее 4 типов движений по каждой категории. Колонки таблицы не связаны друг с другом.
2. Составьте программу закаливания на месяц для самого себя, опишите поэтапно с временными рамками. Вид закаливания можете выбрать самостоятельно.

2. Выполните задание:

Опишите в свободной форме инфекционные заболевания и факторы риска их возникновения (исходя из материалов лекций).

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы наличием системы дистанционного обучения (СДО - <https://sdo.appkk.ru>), цифровой (электронной) библиотеки, обеспечивающей доступ к профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам - <http://www.biblioclub.ru/>.

Оборудование лекционных аудиторий средствами мультимедиа и интерактивными средствами обучения.

5.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства

- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Яндекс Браузер или более новый).

5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список литературы и информационных источников

1. Алексеев, С. В. Спортивно-трудовое право : научно-практический комментарий к главе 54.1 Трудового кодекса Российской Федерации «Особенности регулирования труда спортсменов и тренеров» / С. В. Алексеев ; Институт законодательства и сравнительного правоведения при Правительстве Российской Федерации. – Москва : Юнити-Дана, 2023. – 112 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700161> (дата обращения: 24.04.2026). – ISBN 978-5-238-03641-0. – Текст : электронный.
2. Антидопинговая политика в спорте : учебник / А. Б. Мирошников, А. В. Смоленский, А. В. Шевцов [и др.]. – Москва : Спорт, 2024. – 354 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717208> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907601-52-9. – Текст : электронный.
3. Багаутдинова, Н. В. Методическое обеспечение деятельности тренера в конькобежном спорте : учебное пособие : [16+] / Н. В. Багаутдинова, К. В. Диких ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск :

- Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722473> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 106-107. – ISBN 978-5-91930-266-7. – Текст : электронный.
4. Белякова, А. С. Реализация программ дополнительного образования в легкой атлетике : учебное пособие : [16+] / А. С. Белякова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – Часть 1. Планирование спортивной подготовки. – 85 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722476> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 81-82. – ISBN 978-5-91930-272-8. – Текст : электронный.
5. Белякова, А. С. Реализация программ дополнительного образования в легкой атлетике : учебное пособие : [16+] / А. С. Белякова, А. В. Бутрамеев ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – Часть 2. Методическое обеспечение и контроль в процессе спортивной подготовки в легкой атлетике. – 84 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722475> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 77. – ISBN 978-5-91930-276-6. – Текст : электронный.
6. Бочавер, К. А. Психологическая диагностика в спорте : учебное пособие : [16+] / К. А. Бочавер, Д. В. Бондарев, Л. М. Довжик. – Москва : Спорт, 2023. – 232 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=709011> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 213-227. – ISBN 978-5-907601-23-9. – Текст : электронный.
7. Бочавер, К. А. Психология детско-юношеского спорта : + техники спортивной саморегуляции : [16+] / К. А. Бочавер, Л. М. Довжик. – 2-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2023. – 272 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=709029> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907601-43-7. – Текст : электронный.
8. Глухенькая, Н. М. Физическая культура и спорт в вузе : учебно-методическое пособие : [16+] / Н. М. Глухенькая, А. Н. Глухенький, В. Е. Романов ; Уральский государственный архитектурно-художественный университет (УрГАХУ). – Екатеринбург : Уральский государственный архитектурно-художественный университет (УрГАХУ), 2022. – 52 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=698740> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7408-0319-7. – Текст : электронный.
9. Дисько, Е. Н. Методика спортивной тренировки : учебное пособие / Е. Н. Дисько. – Минск : РИПО, 2023. – 284 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717778> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-985-853-157-3. – Текст : электронный.
10. Иорданская, Ф. А. Ранняя спортивная подготовка детей 6–10 лет (допуск по состоянию здоровья, отбор в вид спорта, факторы риска, адаптация к нагрузкам, профилактика) / Ф. А. Иорданская. – Москва : Спорт, 2024. – 116 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717205> (дата

обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 90-99. – ISBN 978-5-907601-63-5. – Текст : электронный.

11. Кокорина, Е. А. Морфофункциональные показатели успешности в сложнокоординационных видах спорта / Е. А. Кокорина, М. Г. Ткачук. – Москва : Директ-Медиа, 2025. – 132 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=718301> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 101-121. – ISBN 978-5-4499-4844-1. – DOI 10.23681/718301. – Текст : электронный.

12. Кривошеева, О. Р. Спортивная психология : рабочая тетрадь : [16+] / О. Р. Кривошеева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2024. – 119 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722500> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-270-4. – Текст : электронный.

13. Кустова, Т. П. Биохимия спортивного питания : учебное пособие : [16+] / Т. П. Кустова, Л. Б. Кочетова. – Москва : Директ-Медиа, 2025. – 72 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=721315> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 63-64. – ISBN 978-5-4499-5175-5. – DOI 10.23681/721315. – Текст : электронный.

14. Магазинов, Д. Н. Внутренний стержень Лидера : как сделать карьеру в корпорации : [16+] / Д. Н. Магазинов ; автовоспр. речи. – Москва : Директмедиа Паблишинг, 2025. – 1 файл (08 ч 12 мин 34 с). – Загл. с обл. – Формат записи: МР3. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=725249> (дата обращения: 24.04.2026). – ISBN 978-5-4499-5410-7. – Устная речь : электронная.

15. Мельник, Е. В. Личность тренера : обучение и профессиональная деятельность / Е. В. Мельник ; Белорусский государственный университет физической культуры. – Минск : Белорусский государственный университет физической культуры, 2022. – 198 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720983> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 149-163. – ISBN 978-985-569-554-8. – Текст : электронный.

16. Мельник, Е. В. Психология спортивно-педагогической деятельности : учебное пособие / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская. – Минск : РИПО, 2022. – 281 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711517> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 259-260. – ISBN 978-985-895-081-1. – Текст : электронный.

17. Научно-методическое обеспечение отдельных аспектов подготовки в экстремальном велоспорте BMX / И. Ю. Горская, А. С. Пушкин, В. И. Михалев, В. А. Аикин ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. – 367 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=722482> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 245-338. – ISBN 978-5-91930-253-9. – Текст : электронный.

18. Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. – Минск : РИПО, 2022. – 204 с. : ил. – Режим доступа: по подписке.

- URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697643> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 195-196. – ISBN 978-985-895-009-5. – Текст : электронный.
19. Нахаева, Е. М. Организация и экономика физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. – Минск : РИПО, 2022. – 168 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697519> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 160-162. – ISBN 978-985-895-041-5. – Текст : электронный.
20. Сафонов, В. К. Психология спортсмена : слагаемые успеха / В. К. Сафонов. – Москва : Спорт : Человек, 2024. – 288 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=717214> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907601-62-8. – Текст : электронный.
21. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 11-е изд. – Москва : Спорт, 2023. – 624 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=709016> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 71-75. – ISBN 978-5-907601-21-5. – Текст : электронный.
22. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высших учебных заведений физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 10-е изд. – Москва : Спорт, 2022. – 624 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=687401> (дата обращения: 24.04.2026). – ISBN 978-5-907225-83-1. – Текст : электронный.
23. Физическая подготовка волейболиста : методическое пособие : [16+] / сост. Л. А. Митина, А. А. Губин ; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2023. – 73 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=707996> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.
24. Черникова, А. Ю. Правовое регулирование труда спортсменов и тренеров на современном этапе / А. Ю. Черникова ; Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина, Кафедра физической культуры и спорта. – Санкт-Петербург : Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина, 2026. – 87 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=730971> (дата обращения: 24.04.2026). – Текст : электронный.
25. Чусовитина, О. М. Акмеология профессиональной деятельности специалиста физической культуры и спорта : учебное пособие : [16+] / О. М. Чусовитина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2022. – 194 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699127> (дата обращения: 24.04.2026). – Библиогр.: с. 168-176. – ISBN 978-5-91930-203-2. – Текст : электронный.

5.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы профессиональной переподготовки обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Реализацию программы обеспечивают:

- преподаватели с высшим образованием и профильной квалификацией;
- научные работники и эксперты в соответствующей области.

Общая численность педагогических работников, задействованных в реализации программы - 5 человек.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений