

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 06.06.2024 06:48:57
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

16 июня 2022 г., протокол УС №6

МОДУЛЬ ДИСЦИПЛИН ПРОФИЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Медико-биологических основ физической культуры**

Учебный план b490302-АдФВ-22-4.plx
49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ
ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)
Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **4 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 144
в том числе:
аудиторные занятия 48
самостоятельная работа 60
часов на контроль 36

Виды контроля в семестрах:
экзамены 8

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 8 (4.2) | | Итого | |
|---|-----------|-----|-------|-----|
| | Неделя 10 | | | |
| Вид занятий | уп | рп | уп | рп |
| Лекции | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Практические | 32 | 32 | 32 | 32 |
| Итого ауд. | 48 | 48 | 48 | 48 |
| Контактная работа | 48 | 48 | 48 | 48 |
| Сам. работа | 60 | 60 | 60 | 60 |
| Часы на контроль | 36 | 36 | 36 | 36 |
| Итого | 144 | 144 | 144 | 144 |

Программу составил(и):

Доцент, Шнейдер В.Ю.

Рабочая программа дисциплины

Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 942)

составлена на основании учебного плана:

49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 16.06.2022 протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Медико-биологических основ физической культуры

Зав. кафедрой к.б.н., доцент Мальков М.Н.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|---|
| 1.1 | Целью освоения дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» является формирование у студентов компетенций позволяющих: обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения процесса тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов); осуществлять отбор занимающихся и оценку перспектив достижения занимающимися спортивных результатов; осуществлять деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры; разрабатывать программно-методическое обеспечение для реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры; содействовать развитию физических и психических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья при реализации оздоровительного и тренировочного процессов. |
|-----|---|

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

| | |
|--------------------|--|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В.01 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | Психология физической культуры |
| 2.1.2 | Педагогика физической культуры |
| 2.1.3 | Физиология человека |
| 2.1.4 | Биомеханика двигательной деятельности |
| 2.1.5 | Теория и методика физической культуры |
| 2.1.6 | Спортивная метрология |
| 2.1.7 | Теория и организация адаптивной физической культуры |
| 2.2 | Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-3.1: Осуществляет деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры

ПК-3.2: Разрабатывает программно-методическое обеспечение для реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры

ПК-5.1: Содействовать развитию физических и психических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья при реализации оздоровительного и тренировочного процессов

ПК-1.2: Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов)

ПК-1.4: Осуществляет отбор занимающихся и оценку перспектив достижения занимающимися спортивных результатов

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

| | |
|-------|--|
| 3.1 | Знать: |
| 3.1.1 | Теоретические основы организации учебно-методического сопровождения процесса тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) |
| 3.1.2 | Методику отбора занимающихся и оценку перспектив достижения занимающимися спортивных результатов |
| 3.1.3 | Структуру и содержание дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |
| 3.1.4 | Технологию разработки программно-методического обеспечения для реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |
| 3.1.5 | Теорию и методику оздоровительного и тренировочного процессов, содействующих развитию физических и психических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья |
| 3.2 | Уметь: |
| 3.2.1 | Обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения процесса тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) |
| 3.2.2 | Осуществлять отбор занимающихся и оценку перспектив достижения занимающимися спортивных результатов |
| 3.2.3 | Осуществлять деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |
| 3.2.4 | Разрабатывать программно-методическое обеспечение для реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |

| | |
|------------|--|
| 3.2.5 | Содействовать развитию физических и психических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья при реализации оздоровительного и тренировочного процессов |
| 3.3 | Владеть: |
| 3.3.1 | Опытом организацию учебно-методического сопровождения процесса тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) |
| 3.3.2 | Навыками отбора занимающихся и оценки перспектив достижения занимающимися спортивных результатов |
| 3.3.3 | Навыками освоения дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |
| 3.3.4 | Опытном разработке программно-методическое обеспечение для реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры |
| 3.3.5 | Средствами и методами развития физических и психических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья при реализации оздоровительного и тренировочного процессов |

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература | Примечание |
|-------------|--|----------------|-------|---------------|--|------------|
| | Раздел 1. Системно-технологический подход в спортивной тренировке | | | | | |
| 1.1 | Системно-технологический подход в спортивной тренировке /Лек/ | 8 | 2 | ПК-3.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.4Л2.2 Л2.5Л3.2 Э1 Э2 Э3 | |
| 1.2 | Системно-технологический подход в спортивной тренировке /Пр/ | 8 | 6 | ПК-3.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.4Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 | |
| 1.3 | Системно-технологический подход в спортивной тренировке /Ср/ | 8 | 8 | ПК-3.1 ПК-1.2 | Л1.3 Л1.4Л2.2 Л2.5Л3.2 Э1 Э2 Э3 | |
| | Раздел 2. Общая характеристика современной спортивной тренировки | | | | | |
| 2.1 | Общая характеристика современной спортивной тренировки /Лек/ | 8 | 2 | ПК-3.2 ПК-1.2 | Л1.3 Л1.5Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 | |
| 2.2 | Общая характеристика современной спортивной тренировки /Пр/ | 8 | 6 | ПК-3.2 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.3Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 | |
| 2.3 | Общая характеристика современной спортивной тренировки /Ср/ | 8 | 8 | ПК-3.2 ПК-1.2 | Л1.3 Л1.5Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 | |
| | Раздел 3. Система управления тренировкой спортсмена | | | | | |
| 3.1 | Система управления тренировкой спортсмена /Лек/ | 8 | 4 | ПК-5.1 ПК-1.4 | Л1.4Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6 | |
| 3.2 | Система управления тренировкой спортсмена /Ср/ | 8 | 10 | ПК-5.1 ПК-1.4 | Л1.4Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6 | |
| 3.3 | Система управления тренировкой спортсмена /Пр/ | 8 | 6 | ПК-5.1 ПК-1.4 | Л1.1Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6 | |
| | Раздел 4. Анализ и прогнозирование спортивных результатов | | | | | |

| | | | | | | |
|--|---|---|----|-----------------------------|--|--|
| 4.1 | Анализ и прогнозирование спортивных результатов /Лек/ | 8 | 2 | ПК-3.2 ПК-1.2 ПК-1.4 | Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.3Л3.4 Э1 Э4 Э5 Э6 | |
| 4.2 | Анализ и прогнозирование спортивных результатов /Пр/ | 8 | 4 | ПК-3.2 ПК-1.2 ПК-1.4 | Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.3Л3.4 Э1 Э4 Э5 Э6 | |
| 4.3 | Анализ и прогнозирование спортивных результатов /Ср/ | 8 | 8 | ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-1.2 | Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.3Л3.4 Э1 Э4 Э5 Э6 | |
| Раздел 5. Динамика спортивных результатов в годичном тренировочном макроцикле | | | | | | |
| 5.1 | Динамика спортивных результатов в годичном тренировочном макроцикле /Лек/ | 8 | 2 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.2 Л1.3Л2.4Л3.3 Э1 Э2 Э5 | |
| 5.2 | Динамика спортивных результатов в годичном тренировочном макроцикле /Пр/ | 8 | 4 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л2.4Л3.3 Э1 Э2 Э5 | |
| 5.3 | Динамика спортивных результатов в годичном тренировочном макроцикле /Ср/ | 8 | 8 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.1Л2.4Л3.3 Э1 Э2 Э5 | |
| Раздел 6. Распределение тренировочной нагрузки в годичном макроцикле | | | | | | |
| 6.1 | Распределение тренировочной нагрузки в годичном макроцикле /Лек/ | 8 | 2 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.3 Л1.4Л2.4Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э6 | |
| 6.2 | Распределение тренировочной нагрузки в годичном макроцикле /Пр/ | 8 | 4 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.5Л2.4Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э6 | |
| 6.3 | Распределение тренировочной нагрузки в годичном макроцикле /Ср/ | 8 | 10 | ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.5Л2.4Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э6 | |
| Раздел 7. Динамика адаптационных процессов в тренировке | | | | | | |
| 7.1 | Динамика адаптационных процессов в тренировке /Лек/ | 8 | 2 | ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 | |
| 7.2 | Динамика адаптационных процессов в тренировке /Пр/ | 8 | 2 | ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э6 | |
| 7.3 | Динамика адаптационных процессов в тренировке /Ср/ | 8 | 8 | ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-5.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э6 | |
| Раздел 8. Контроль | | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---------------------------------|---|----|------------------------------------|---|--------------------|
| 8.1 | Экзамен /Экзамен/ | 8 | 12 | ПК-3.1 ПК-3.2 ПК-5.1 ПК-1.2 ПК-1.4 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 | Экзамен |
| 8.2 | Контрольная работа /Контр.раб./ | 8 | 24 | ПК-3.1 ПК-3.2 | Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л2.1 Л2.3 Л2.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 | Контрольная работа |

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Представлено отдельным документом

5.2. Темы письменных работ

Представлено отдельным документом

5.3. Фонд оценочных средств

Представлено отдельным документом

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|----------------------------------|--|---|----------|
| Л1.1 | Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. | Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: Учеб. пособие | М.: Academia, 2001 | 27 |
| Л1.2 | Никитушкин В. Г. | Теория и методика юношеского спорта: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 032101 - Физическая культура и спорт | М.: Физическая культура, 2010 | 7 |
| Л1.3 | Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. | Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" | Москва: Академия, 2012 | 17 |
| Л1.4 | Матвеев Л. П. | Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 032100 - "Физическая культура" и по специальности 032101 - "Физическая культура и спорт" | Москва: Советский спорт, 2010 | 6 |
| Л1.5 | Фискалов В.Д., Черкашин В.П. | Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие | Москва: Спорт, 2016, http://www.iprbookshop.ru/55591.html | 1 |

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---------------------|---|---|----------|
| Л2.1 | Заиорский В. М. | Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания | М.: Советский спорт, 2009 | 20 |
| Л2.2 | Платонов В. Н. | Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм: отечественный и зарубежный опыт | Москва: Советский спорт, 2010 | 5 |
| Л2.3 | Губа В. П. | Основы спортивной подготовки. Методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): Монография | Москва: Советский спорт, 2012, http://www.iprbookshop.ru/9862 | 1 |

| | | | | |
|------|-------------------------------|--|---|---|
| Л2.4 | Тудор Бомпа, Карло Буццичелли | Периодизация спортивной тренировки: монография | Москва: Спорт, 2016, http://www.iprbookshop.ru/55562.html | 1 |
| Л2.5 | Иссурин В.Б. | Подготовка спортсменов XXI века: монография | Москва: Спорт, 2016, http://www.iprbookshop.ru/57797.html | 1 |

6.1.3. Методические разработки

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---|--|---|----------|
| Л3.1 | Жулепов В. И., Булгакова О. В., Готов А. И. | Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2009 | 63 |
| Л3.2 | Лосев В. Ю. | Теория и методика физической культуры (теория и методика спорта): учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2016 | 35 |
| Л3.3 | Бьёрн Кафка, Олаф Йеневайн | Функциональная тренировка. Спорт, фитнес: учебно-методическое пособие | Москва: Спорт, 2016, http://www.iprbookshop.ru/55571.html | 1 |
| Л3.4 | Министерство спорта | Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации: учебно-методическое пособие | Москва: Советский спорт, 2014, http://www.iprbookshop.ru/57849.html | 1 |

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

| | |
|----|--|
| Э1 | Технология спортивной тренировки http://tst.sportedu.ru/ |
| Э2 | Теория и практика физической культуры http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/ |
| Э3 | Физическая культура: воспитание, образование, тренировка http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/ |
| Э4 | Образование (физическая культура и спорт) http://www.edu.ru |
| Э5 | Российская национальная библиотека http://www.nlr.ru |
| Э6 | Полнотекстовая электронная библиотека учебных и учебно-методических материалов http://window.edu.ru/window/library |

6.3.1 Перечень программного обеспечения

| | |
|---------|--|
| 6.3.1.1 | Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office |
|---------|--|

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

| | |
|---------|---|
| 6.3.2.1 | СПС «Консультант Плюс» - www.consultant.ru/ |
| 6.3.2.2 | СПС «Гарант» - www.garant.ru/ |

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | |
|-----|---|
| 7.1 | Учебные аудитории для проведения лекционных и практических (семинарских) занятий, укомплектованные техническими средствами (компьютеры, презентационные оборудование) для предоставления учебной информации обучающимся, проведения текущего контроля (работа с компьютерными тестами). |
|-----|---|