

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»

УТВЕРЖДАЮ
Директор по образовательной
деятельности

_____ С.Т. Князев
«__» _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Код модуля	Модуль
1157639	Основы тренерской деятельности

Екатеринбург

Перечень сведений о рабочей программе модуля	Учетные данные
Образовательная программа 1. Физическая культура	Код ОП 1. 49.03.01/33.01
Направление подготовки 1. Физическая культура	Код направления и уровня подготовки 1. 49.03.01

Программа модуля составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Боярская Людмила Алексеевна	кандидат педагогических наук, без ученого звания	Доцент	теории физической культуры
2	Гайл Виктор Вадимович	кандидат педагогических наук, доцент	Заведующий кафедрой	теории физической культуры
3	Мясникова Татьяна Ивановна	кандидат педагогических наук, профессор	Профессор	управления в сфере физической культуры и спорта
4	Семёнова Галина Ивановна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	теории физической культуры
5	Чудиновских Анатолий Владимирович	кандидат биологических наук, доцент	Доцент	теории физической культуры

Согласовано:

Управление образовательных программ

Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Основы тренерской деятельности

1.1. Аннотация содержания модуля

Модуль содержит дисциплины (Биомеханика спортивной деятельности; Основы антидопингового обеспечения; Планирование циклов спортивной подготовки; Теория спортивной подготовки), формирующие основы профессиональной компетентности будущего тренера; обеспечивают способность осуществлять учебно-тренировочный процесс в связи с научными знаниями, а также знаниями антидопинговых правил, в основном регламентирующих деятельность в сфере спорта

1.2. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	Планирование циклов спортивной подготовки	3
2	Основы антидопингового обеспечения	3
3	Биомеханика спортивной деятельности	3
4	Теория спортивной подготовки	3
ИТОГО по модулю:		12

1.3. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	<ol style="list-style-type: none">1. Теоретические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта2. Теория и методика базовых видов спорта
Постреквизиты и кореквизиты модуля	<ol style="list-style-type: none">1. Теория и методика игровых видов спорта2. Основы фитнеса3. Коммерциализация физкультурно-спортивной деятельности

1.4. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
---------------------------	--------------------------------	--

1	2	3
Биомеханика спортивной деятельности	ПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	З-3 - Приводить примеры анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по физической культуре или спортивной тренировки
	ПК-9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	З-1 - Привести примеры методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся У-1 - Производить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся П-1 - Осуществлять обоснованный выбор способов контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, как элементом системы спортивной тренировки и учебного процесса по физической культуре
	ПК-19 - Способность разрабатывать индивидуальные программы по фитнесу, сопровождать их внедрение и консультировать население при реализации	З-4 - Интерпретировать основы биомеханики движений человека
Основы антидопингового обеспечения	ПК-8 - Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	З-1 - Сделать обзор места WADA в структуре международного спортивного движения З-2 - Сделать обзор антидопинговых правил

		<p>З-3 - Привести примеры из примерного перечня запрещенных фармакологических препаратов</p> <p>У-1 - Проводить информационные сообщения, лекции, вебинары по антидопинговым правилам</p> <p>П-1 - Разрабатывать модель системы работы по предотвращению применения допинга</p>
Планирование циклов спортивной подготовки	<p>ПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>З-1 - Интерпретировать положения теории физической культуры</p> <p>З-2 - Объяснять физиологические характеристики нагрузки</p> <p>У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по физической культуре или спортивной тренировки</p> <p>У-2 - Дозировать физические упражнения в соответствии физиологической характеристики нагрузки</p> <p>П-1 - Разрабатывать модель содержания занятия по физической культуре и спортивной тренировки</p>
	<p>ПК-4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>З-2 - Сделать обзор содержания спортивной подготовки</p> <p>З-3 - Описывать структуру и содержание соревновательной деятельности в избранном виде спорта</p> <p>З-4 - Привести примеры задач и соответствующей им структуры тренировочного занятия</p> <p>У-1 - Правильно интерпретировать содержание тренировочного занятия различной направленности</p> <p>У-2 - Обобщать сведения о структуре и содержании соревновательной деятельности в избранном виде спорта</p>
	<p>ПК-19 - Способность разрабатывать индивидуальные программы по фитнесу, сопровождать их внедрение и консультировать</p>	<p>З-3 - Объяснять основы теории и методики спортивной тренировки</p>

	население при реализации	
Теория спортивной подготовки	ПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>З-1 - Интерпретировать положения теории физической культуры</p> <p>З-2 - Объяснять физиологические характеристики нагрузки</p> <p>З-3 - Приводить примеры анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> <p>У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по физической культуре или спортивной тренировки</p> <p>У-2 - Дозировать физические упражнения в соответствии физиологической характеристики нагрузки</p> <p>П-1 - Разрабатывать модель содержания занятия по физической культуре и спортивной тренировки</p>
	ПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	З-4 - Сделать обзор содержания деятельности по спортивной ориентации
	ПК-3 - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	<p>З-2 - Характеризовать теории обучения двигательным действиям</p> <p>З-3 - Описывать теоретические основы физической подготовки</p> <p>З-4 - Сделать обзор базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>П-1 - обоснованный выбор средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке в процессе проведения соответствующих занятий и физкультурно-спортивных мероприятий</p>
	ПК-4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и	З-2 - Сделать обзор содержания спортивной подготовки

	<p>организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>З-4 - Привести примеры задач и соответствующей им структуры тренировочного занятия</p> <p>У-1 - Правильно интерпретировать содержание тренировочного занятия различной направленности</p> <p>П-1 - Подготовить проведение тренировочных занятий различной направленности</p>
	<p>ПК-19 - Способность разрабатывать индивидуальные программы по фитнесу, сопровождать их внедрение и консультировать население при реализации</p>	<p>З-3 - Объяснять основы теории и методики спортивной тренировки</p>

1.5. Форма обучения

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в очной и заочной формах.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Планирование циклов спортивной
подготовки

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Семёнова Галина Ивановна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Семёнова Галина Ивановна, Доцент, теории физической культуры

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Периодизация тренировочного процесса	Различные подходы к периодизации годичного цикла спортивной подготовки. Периодизация Л.П. Матвеева (подготовительный, соревновательный, переходный периоды годичного цикла). Привязка периодизации циклов спортивной подготовки к сезонно-климатическим изменениям и календарю соревнований. Связь периодизации с периодами развития, сохранения и утраты спортивной формы. Общие и специальные периоды развития спортивной формы (Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов). Блочная периодизация (Ю.В. Верхошанский) спортивной тренировки. Блоки физической и технической подготовки в подготовительном периоде годичного цикла. Блочный принцип периодизации спортивной подготовки А.Н. Воробьева. Комплексный подход к периодизации спортивной тренировки (А.П. Бондарчук). «Новые идеи» и «новые горизонты» альтернативной (блоковой) концепции периодизации В.Б. Иссурина.
P2	Макроструктура: виды макроциклов, особенности построения тренировочного процесса в больших циклах.	Структура годичных тренировочных макроциклов. Двух и четырехгодичные циклы. Сдвоенные и строенные годичные циклы. Особенности построения макроциклов в различных группах видов спорта (циклических, игровых, единоборствах. сложнокоординационных). Особенности периодизации тренировочного процесса в зависимости от вида спорта. Определяющие черты, цели задачи периодов большого цикла подготовки: подготовительного, соревновательного, переходного. Особенности периодов по составу средств,

		методов и по динамике нагрузок. Длительность и варианты структуры периодов большого цикла.
Р3	Мезоструктура тренировочного процесса. Типы средних циклов, особенности построения на разных этапах годового цикла.	Структура средних циклов как систем микроциклов, составляющих относительно законченный этап тренировочного процесса, особенности их построения в различных видах спорта. Типы мезоциклов. Целевая направленность и особенности построения мезоциклов различного типа: втягивающих, базовых, восстановительно-подготовительных, восстановительно-поддерживающих, специально-подготовительных, предсоревновательных и соревновательных.
Р4	Микроструктура тренировочного процесса. Типы микроциклов и особенности их построения.	Структура отдельных тренировочных занятий и микроциклов, особенности их построения в зависимости от специфики и направленности вида спорта. Типы микроциклов (втягивающий, ударный, подводящий, восстановительный, соревновательный) и правила их построения. Методика построения тренировочных занятий. Сравнительная характеристика методики построения занятий в различных видах спорта. Направленность занятий на разных этапах годового цикла и в зависимости от вида спорта.

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Профессиональное воспитание	проектная деятельность	Технология самостоятельной работы	ПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>З-1 - Интерпретировать положения теории физической культуры</p> <p>З-2 - Объяснять физиологические характеристики нагрузки</p> <p>У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по физической культуре или спортивной тренировки</p> <p>У-2 - Дозировать физические</p>

				упражнения в соответствии физиологической характеристики нагрузки П-1 - Разрабатывать модель содержания занятия по физической культуре и спортивной тренировки
--	--	--	--	---

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Планирование циклов спортивной подготовки

Электронные ресурсы (издания)

1. Жуков, Р. С.; Основы знаний по физической культуре: подготовка к теоретико-методическому туру олимпиады школьников : учебное пособие.; Кемеровский государственный университет, Кемерово; 2011; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232667> (Электронное издание)
2. Жуков, Р. С.; Основы спортивной тренировки : учебное пособие.; Кемеровский государственный университет, Кемерово; 2014; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415> (Электронное издание)
3. Никитушкин, В. Г.; Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие.; Спорт, Москва; 2017; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Холодов, Ж. К.; Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование".; Академия, Москва; 2014 (16 экз.)
2. Матвеев, Л. П.; Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высших спец. физкультурных учеб. заведений.; Лань : Омега-Л, СПб. ; Москва ; Краснодар; 2004 (1 экз.)
3. Матвеев, Л. П.; Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 - "Физ. культура" и по специальности 032101 - "Физ. культура и спорт".; Советский спорт, Москва; 2010 (1 экз.)
4. Платонов, В. Н.; Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. Отечественный и зарубежный опыт. История и современность; Советский спорт, Москва; 2010 (1 экз.)
5. Никитушкин, В. Г., Квашук, П. В., Бауэр, В. Г.; Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва : монография.; Советский спорт, Москва; 2005 (2 экз.)
6. Фискалов, В. Д.; Спорт и система подготовки спортсменов : учебник [для вузов].; Советский спорт,

Москва; 2010 (5 экз.)

7. Иссурин, В. Б.; Блоковая периодизация спортивной тренировки : [монография].; Советский Спорт, Москва; 2010 (1 экз.)

8. , Курамшин, Ю. Ф.; Теория и методика физической культуры : [учебник для вузов по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт"].; Советский спорт, Москва; 2007 (1 экз.)

9. Бондарчук, А. П.; Периодизация спортивной тренировки; Олимпийская литература, Киев; [2005] (1 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <https://lib.sportedu.ru>

Теория и практика физической культуры <http://sportlib.info/Press/ТПФК/>

Физическая культура: образование, воспитание, тренировка <http://sportlib.info/Press/FKVOT/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>

2. ООО Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>

3. ЭБС IPR Books <https://www.iprbookshop.ru>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Планирование циклов спортивной подготовки

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в	Office Professional 2003 Win32 Russian CD-ROM

		<p>соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office Professional 2003 Win32 Russian CD-ROM</p> <p>Google Chrome</p>
3	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
4	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p>

		процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
5	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Основы антидопингового обеспечения

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Боярская Людмила Алексеевна	кандидат педагогических наук, без ученого звания	Доцент	теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Боярская Людмила Алексеевна, Доцент, теории физической культуры

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Понятие допинга. Нарушение допинговых правил.	Понятие допинга. История допинга и борьбы с ним. Проблема допинга в спорте. Чистота и дух спорта. Физиологический статус спортсмена. Опасность допинга для здоровья спортсменов. Нарушение антидопинговых правил. Запрещенный список. Медицинский кодекс МОК. Характеристика допинговых средств и методов. Разрешенные к применению препараты. .
P2	Антидопинговые организации и их функции.	Деятельность Международного олимпийского комитета в области антидопинговой политики. Всемирное антидопинговое агентство WADA: задачи, функции, полномочия. Ассоциация Российское антидопинговое агентство «РУСАДА»: задачи, функции, полномочия. Роль и ответственность Международного олимпийского комитета и Международного паралимпийского комитета, международных спортивных федераций, национальных Олимпийских и Паралимпийских комитетов, национальных антидопинговых организаций, оргкомитетов крупных спортивных событий. Участие правительств в организации противодействия применению допинга в спорте.

<p>Р3.</p>	<p>Правовые основы в области антидопингового обеспечения.</p>	<p>Международные нормативно-правовые документы антидопингового обеспечения. Олимпийская хартия. Конвенция Совета Европы против применения допинга ETS №135. Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте, принятая Генеральной конференцией ЮНЕСКО.</p> <p>Всемирная антидопинговая программа: задачи, компоненты. Всемирный антидопинговый кодекс, его цели и задачи. Международные стандарты. Модели лучших методов организации работы.</p> <p>Национальное антидопинговое законодательство. Общероссийские антидопинговые правила. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» о предотвращении допинга в спорте и борьбе с ним.</p>
<p>Р4</p>	<p>Допинговый контроль в спорте.</p>	<p>Допинг-контроль: понятие, цели, задачи. Международный стандарт тестирования и расследования. Национальный регистрируемый пул тестирования. Предоставление информации о местоположении спортсмена через систему АДАМС.</p> <p>Этапы допинг-контроля. Принципы допинг-контроля. Особенности проведения различных процедур допинг-контроля. Процедура сдачи допинг-пробы. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля.</p> <p>Анализ проб. Цель отбора и анализа проб. Стандарты анализа проб.</p> <p>Разрешение на терапевтическое использование. Критерии для выдачи разрешений на терапевтическое использование. Комитеты по терапевтическому использованию. Процедура подачи запроса на терапевтическое использование. Апелляция по поводу решений о предоставлении или отказе в предоставлении права на терапевтическое использование.</p>
<p>Р5</p>	<p>Доказательства допинга и ответственность за его употребление.</p>	<p>Обработка результатов. Бремя доказывания невыполнения антидопинговых правил. Начальная проверка неблагоприятного результата анализа. Уведомление. Рассмотрение атипичного результата анализа. Проверка других нарушений антидопинговых правил.</p> <p>Временное отстранение. Процесс слушаний: принципы, права, процедура. Спортивный арбитражный суд (КАС).</p> <p>Санкции к спортсменам при нарушении антидопинговых правил. Аннулирование результатов в период спортивного события, во время которого произошло нарушение антидопинговых правил. Дисквалификация за наличие, использование или попытку использования, или обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом. Дисквалификация за другие нарушения правил. Отмена,</p>

		сокращение или прекращение срока дисквалификации. Статус во время дисквалификации. Апелляции
Р6	Профилактика применения допинга в спорте.	Антидопинговая пропаганда. Антидопинговые образовательные программы. Деятельность ВАДА , РУСАДА по профилактике применения допинга. Подготовка специалистов по антидопинговому обеспечению.

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Профессиональное воспитание	деятельность по формированию ЗОЖ	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной профессиональной деятельности	ПК-8 - Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>З-1 - Сделать обзор места WADA в структуре международного спортивного движения</p> <p>З-2 - Сделать обзор антидопинговых правил</p> <p>З-3 - Привести примеры из примерного перечня запрещенных фармакологических препаратов</p> <p>У-1 - Проводить информационные сообщения, лекции, вебинары по антидопинговым правилам</p> <p>П-1 - Разрабатывать модель системы работы по предотвращению применения допинга</p>

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы антидопингового обеспечения

Электронные ресурсы (издания)

1. Куртев, С. Г.; Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие.; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск; 2018; <http://www.iprbookshop.ru/95625.html> (Электронное издание)
2. , ред., ; Основы антидопингового обеспечения спорта; Человек, Москва; 2019; <http://www.iprbookshop.ru/88473.html> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Алексеев, С. В., Крашенинников, П. В.; Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальностям 021100 "Юриспруденция" и 022300 "Физ. культура и спорт".; ЮНИТИ, Москва; 2005 (7 экз.)
2. Алексеев, С. В., Крашенинников, П. В.; Международное спортивное право : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 "Юриспруденция" и 032101 "Физ. культура и спорт".; ЮНИТИ : Закон и право, Москва; 2008 (1 экз.)
3. Мелёхин, А. В.; Правовое регулирование физической культуры и спорта : учебник для бакалавриата и магистратуры.; Юрайт, Москва; 2014 (1 экз.)
4. , Миронов, С. П., Поляев, Б. А., Макарова, Г. А.; Спортивная медицина. Национальное руководство; ГЭОТАР-Медиа, Москва; 2012 (1 экз.)
5. Кулиненко, О. С.; Фармакологическая помощь спортсмену. Коррекция факторов, лимитирующих спортивный результат; Советский спорт, Москва; 2007 (1 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Сайт Российского антидопингового агентства "РУСАДА" <https://rusada.ru/>

Сайт Всемирного антидопингового агентства ВАДА <https://www.wada-ama.org/>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>

Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Теория и практика физической культуры <http://sportlib.info/Press/ТПФК/>

Физическая культура: образование, воспитание, тренировка <http://sportlib.info/Press/ФКВОТ/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>
2. ООО Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
3. ЭБС IPR Books <https://www.iprbookshop.ru>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы антидопингового обеспечения

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами Подключение к сети Интернет	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES Google Chrome
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами Подключение к сети Интернет	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES Google Chrome

3	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES
4	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES Google Chrome
5	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Биомеханика спортивной деятельности

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Гайл Виктор Вадимович	кандидат педагогических наук, доцент	Заведующий кафедрой	теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Гайл Виктор Вадимович, Заведующий кафедрой, теории физической культуры

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Введение. Объект, предмет и задачи дисциплины.	Предмет биомеханики как науки и учебной дисциплины. Механические явления в живых системах. Задачи и направления развития общей биомеханики движений человека. Цель и задачи спортивной биомеханики. Развитие биомеханики. Возникновение и развитие отечественной биомеханики - П.Ф. Лесгафт, И.М. Сеченов, АА. Ухтомский и др.
P2	Общая и дифференциальная биомеханика	Основы кинематики точки и тела. Основные понятия кинематики: путь, перемещение, скорость, ускорение. Поступательное и вращательное движения тела, линейные и угловые характеристики. Описание положений и движений человека - место, ориентация, поза. Кинематические пары и движения в суставах. Определение осей вращения в суставах и биомеханическая длина звеньев. Движения в кинематических цепях. Открытые и замкнутые кинематические цепи. Основные понятия и законы динамики. Сила и момент силы, импульс силы, импульс тела и кинематический момент. Силы в движениях человека. Силы в пассивных элементах двигательного аппарата человека. Механические свойства

		<p>связок и сухожилий. Экспериментальные и аналитические способы определения внутренних сил.</p> <p>Понятие о механической работе, мощности и видах механической энергии. Закон сохранения энергии и его следствия. Работа перемещений: внутренняя и внешняя работа, вертикальная и продольная работа. Экономия механической энергии: обмен энергии, переход энергии от звена к звену, использование потенциальной энергии упругой деформации мышц и сухожилий.</p> <p>Методы измерения работы и энергии при движениях человека.</p> <p>Биомеханика двигательных качеств.</p> <p>Сила, скорость и длительность движения. Максимальные значения силы, скорости и длительности попытки, двигательного задания и движения.</p> <p>Понятие о моторике человека как совокупности его двигательных возможностей. Биомеханическая характеристика силовых качеств. Сила действия человека. Понятие о силовых качествах.</p> <p>Топография силы. Биомеханические особенности тренировки силы отдельных мышечных групп. Биомеханические требования к специальным силовым упражнениям. Метод сопряженного воздействия.</p> <p>Биомеханическая характеристика скоростных качеств. Понятие о скоростных качествах. Динамика скорости.</p> <p>Биомеханическая характеристика выносливости. Основы эргометрии. Биомеханические характеристики гибкости. Влияние гибкости на технику движений.</p> <p>Дифференциальная биомеханика - раздел биомеханики, изучающий индивидуальные и групповые особенности движений и двигательных возможностей людей.</p> <p>Телосложение и моторика человека. Влияние тотальных размеров тела людей на их двигательные возможности.</p> <p>Онтогенез моторики. Двигательный и биологический возраст, акселераты и ретарданты.</p> <p>Особенности моторики женщин. Двигательные возможности женщин. Биомеханические особенности телосложения и их влияние на моторику.</p>
РЗ	Частная биомеханика	<p>Движения вокруг осей звеньев тела человека и всего тела. Условия вращательного движения. Силы: центробежная и центростремительная.</p> <p>Движения биомеханической системы без опоры и при опоре. Закон сохранения кинетического момента. Взаимодействие тела человека с опорой как причина изменения движений вокруг осей.</p> <p>Сохранение положения тела и движения на месте</p>

		<p>Равновесие тела человека. Поза и положение тела. Условия равновесия тела. Статический и динамический показатели устойчивости. Особенности биокинематики и биодинамики взаимодействия с опорой.</p> <p>Локомоторные движения. Локомоторные движения при взаимодействии с опорой (наземные) и средой (водные). Работа внутренних сил изменения кинетической энергии тела человека. Реакции опоры при отталкивании, уравнивающие силы и их составляющие.</p>
--	--	--

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Профессиональное воспитание	целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	<p>З-1 - Привести примеры методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p> <p>У-1 - Производить измерения и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p> <p>П-1 - Осуществлять обоснованный выбор способов контроля с использованием методов измерения и оценки</p>

				физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, как элементом системы спортивной тренировки и учебного процесса по физической культуре
--	--	--	--	--

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Биомеханика спортивной деятельности

Электронные ресурсы (издания)

1. Карпеев, А. Г.; Биомеханика : учебное пособие. 1. ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск; 2014; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429352> (Электронное издание)
2. Аварханов, М. А.; Биометрия в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений : учебное пособие.; Московский педагогический государственный университет (МПГУ), Москва; 2015; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469432> (Электронное издание)
3. , Махов, , С. Ю.; Основы спортивной подготовки : учебно-методическое пособие.; Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), Орел; 2020; <http://www.iprbookshop.ru/95410.html> (Электронное издание)
4. Иорданская, , Ф. А.; Мужчина и женщина в спорте высших достижений (проблемы полового диморфизма) : монография.; Издательство «Спорт», Москва; 2020; <http://www.iprbookshop.ru/94126.html> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Попов, Г. И.; Биомеханика двигательной деятельности : учебник для [студентов вузов], обучающихся по направлению "Физическая культура".; Академия, Москва; 2014 (15 экз.)
2. Попов, Г. И.; Биомеханика : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Педагогическое образование".; Академия, Москва; 2013 (1 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Российская государственная библиотека www.rsl.ru

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>

Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>

Теория и практика физической культуры <http://sportlib.info/Press/ТПФК/>

Физическая культура: образование, воспитание, тренировка <http://sportlib.info/Press/ФКVOT/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>
2. ООО Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
3. ЭБС IPR Books <https://www.iprbookshop.ru>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Биомеханика спортивной деятельности

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Периферийное устройство Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами Подключение к сети Интернет	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES Google Chrome

2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p>	Не требуется
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
5	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>

		санитарными правилами и нормами Подключение к сети Интернет	
--	--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория спортивной подготовки

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Чудиновских Анатолий Владимирович	Кандидат биологических наук, Доцент	Доцент	Кафедра теории физической культуры

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- **Чудиновских Анатолий Владимирович, Доцент, Кафедра теории физической культуры**

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	P1.T1 - Спорт и его социальные функции.	Конкретизация понятия «спорт» в широком и узком смысле. Истоки спортивной деятельности, предметная основа и смысл спортивных достижений. Социальные функции спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Основные стороны и формы спортивного движения в обществе. Организационно-педагогические основы студенческого спорта. Причины выбора спортсменами вуза. Уровни студенческого спорта, иерархия студенческих спортивных соревнований. Организационная структура студенческого спорта. Анализ эффективности развития студенческого спорта в вузе.
	P1.T2 - Соревновательная деятельность	Структура соревновательной деятельности. Сущность и формы спортивных соревнований. Функции спортивных соревнований. Типология соревновательной деятельности. Классификация видов спорта. Особенности соревновательной деятельности у детей и подростков. Требования состязаний к физическим и психическим возможностям спортсмена. Варианты целевых установок на соревнования. Особенности соревновательной деятельности у детей. Состязания как средство и метод подготовки спортсмена.
	P1.T3 - Предмет и понятия теории спорта.	Детализация понятий: спортивная деятельность, спортивное движение, спортивные достижения, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная подготовка, спортивная тренированность, спортивная подготовка, спортивная компетенция. Спортивная компетенция. Теория и методика спорта как совокупность научно-прикладных знаний.

		Основная современная проблематика общей теории и методики спорта.
	Р1.Т4 - Общая характеристика системы подготовки. Специфические принципы спортивной подготовки	Направленность к высшим достижениям. Углубленная специализация. Непрерывность тренировочного процесса. Единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам. Волнообразность и вариативность нагрузок. Цикличность тренировочного процесса. Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовки. Единство и взаимосвязь тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутрине тренировочными факторами. Взаимообусловленность эффективности тренировочного процесса и профилактика спортивного травматизма.
Р2	Р2.Т1 - Общая характеристика системы подготовки	Подготовка спортсмена как многолетний процесс. Спортивные состязания, спортивная тренировка и экзофакторы дополняющие спортивную тренировку. Целевые функции и задачи, реализуемые в системе спортивной подготовки. Средства и методы подготовки спортсмена. Конкретизация понятий об эффекте тренировочных воздействий. Ближайший, следовой, кумулятивный эффекты тренировки. Принципы и закономерности подготовки спортсмена
	Р2.Т2 - Направленное формирование личности.	Нравственное воспитание как ведущее начало в отечественной школе спорта. Конкретные мотивационные основы деятельности спортсмена. Принципы формирования и регулирования межличностных отношений в условиях спортивной деятельности. Положительные и отрицательные факторы спортивной деятельности в профилактике девиантного поведения. Интеллектуальная подготовка спортсмена. Систематизированная характеристика основных знаний, входящих в содержание спортивной подготовки. Спортивная компетентность и личностное развитие.
	Р2.Т3 - Физическая подготовка.	Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки. Специфическое содержание силовой, скоростно-силовой подготовки. Тенденции изменений силовой подготовки в процессе многолетней тренировки. Проблема регулирования мышечной массы спортсмена. Развитие скоростных способностей. Проблема предупреждения и преодоления скоростного барьера. Воспитание выносливости. Конкретизация представлений о специальных дополнительных факторах, используемых при развитии выносливости. Особенности методики совершенствования гибкости. Проблемы коррекции осанки и регулирования массы тела.
	Р2.Т4 - Техническая подготовка.	Особенности развития координационных способностей спортсмена. Пути совершенствования отдельных функциональных свойств и комплексных способностей, обуславливающих качество управления спортивными движениями. Общие и частные задачи технической подготовки на разных этапах многолетней подготовки. Единство технической и тактической подготовки спортсмена.
	Р2.Т5 - Тактическая подготовка.	Задачи тактической подготовки и критерии их реализации. Условия оптимизации тактической подготовки и применение тактических упражнений. Направления тактической

		подготовки, методы и методические приемы тактической подготовки в различных группах видов спорта. Взаимосвязь стратегии и тактики соревновательной деятельности.
Р3	Р3.Т1 - Спортивная форма.	Понятие и критерии определения спортивной формы. Динамика и основные закономерности развития спортивной формы.
	Р3.Т2 - Структура спортивной тренировки.	Способы описания структуры спортивной тренировки (графические, математические и др.). Микро-, мезо- и макроструктура тренировочного процесса. Структура отдельных тренировочных занятий и микроциклов. Типы микроциклов и правила их построения. Структура средних циклов как систем микроциклов, составляющих относительно законченный этап тренировочного процесса. Типы мезоциклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов). Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Определяющие черты, цели задачи периодов большого цикла подготовки: подготовительного, соревновательного, переходного. Особенности периодов по составу средств, методов и по динамике нагрузок.
	Р3.Т3 - Методы спортивной тренировки.	Равномерный метод тренировки и обоснование необходимости его использования как общей физической подготовки, профилактики перенапряжения и перетренировки. Повторный метод: преимущества и потенциальные опасности его использования. Интервальный метод, его допустимость и эффективность.
Р4	Р4.Т1 - Приоритетные задачи на различных стадиях и этапах многолетней подготовки.	Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса занятий спортом. Их примерные временные границы. Стадия базовой подготовки. Проблема своевременного начала занятий спортивными упражнениями. Стадия максимальной реализации спортивных возможностей. Данные о возрасте высших достижений. Особенности динамики тренировочных и соревновательных нагрузок в годы, предшествующие высшим достижениям спортсмена. Стадия спортивного долголетия. Социальное и личностное значение спортивного долголетия. Отличительные черты тренировочного процесса и соревновательной практики с использованием факторов оптимизации состояния организма спортсмена в годы поддержания достигнутых результатов.
	Р4.Т2 - Спортивная ориентация приобщаемых к спорту.	Постановка долгосрочных целей. Исходные позиции в выборе спортивной специализации. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Особенности начальной спортивной ориентации. Содержание спортивных целей и их конкретизация.
	Р4.Т3 - Технология планирования и контроля.	Объекты и формы планирования подготовки спортсмена. Основные подходы к перспективному планированию многолетней подготовки, прогнозированию результатов, разработке модельных характеристик спортсмена. Объекты тренерского контроля и самоконтроля спортсмена. Проблема выбора наиболее информативных показателей, отражающих ход подготовки. Комплексный контроль в спорте как единство тренерского, врачебного и научного контроля и самоконтроля

		спортсмена. Взаимосвязь планирования и контроля в системе подготовки спортсмена. Использование современных средств и новых информационных технологий в управлении подготовкой спортсмена
--	--	--

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Профессиональное воспитание	профориентационная деятельность	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>З-1 - Интерпретировать положения теории физической культуры</p> <p>З-2 - Объяснять физиологические характеристики нагрузки</p> <p>З-3 - Приводить примеры анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> <p>У-1 - Ранжировать физические упражнения в соответствии с целью и задачами занятия по физической культуре или спортивной тренировки</p> <p>У-2 - Дозировать физические упражнения в соответствии физиологической характеристики нагрузки</p> <p>П-1 -</p>

				Разрабатывать модель содержания занятия по физической культуре и спортивной тренировки
--	--	--	--	--

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория спортивной подготовки

Электронные ресурсы (издания)

1. Волков, И. П.; Теория и методика обучения в избранном виде спорта : пособие.; РИПО, Минск; 2015; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463697> (Электронное издание)
2. Никитушкин, В. Г.; Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие.; Спорт, Москва; 2017; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229> (Электронное издание)
3. Кузьменко, Г. А.; Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки : монография.; Прометей, Москва; 2013; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=212628> (Электронное издание)
4. , Кузьменко, Г. А.; Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности : учебное пособие.; Прометей, Москва; 2013; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437352> (Электронное издание)
5. Жуков, Р. С.; Основы спортивной тренировки : учебное пособие.; Кемеровский государственный университет, Кемерово; 2014; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415> (Электронное издание)
6. Кузьменко, Г. А.; Концепция интеллектуального развития подростков в детско - юношеском спорте : монография.; Московский педагогический государственный университет, Москва; 2017; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=470748> (Электронное издание)
7. Райнер, М., М.; Успешный тренер: самое авторитетное руководство по тренерской деятельности : практическое пособие.; Человек, Москва; 2014; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461417> (Электронное издание)
8. Самоленко, Т. В.; Методика индивидуального планирования спортивной подготовки легкоатлетов высокой квалификации, специализирующихся в беге на средние и длинные дистанции : монография.; Спорт, Москва; 2016; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460931> (Электронное издание)
9. Фискалов, В. Д.; Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие.; Спорт, Москва; 2016; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Фискалов, В. Д.; Спорт и система подготовки спортсменов : учебник [для вузов].; Советский спорт, Москва; 2010 (5 экз.)
2. Никитушкин, В. Г., Квашук, П. В., Бауэр, В. Г.; Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва : монография.; Советский спорт, Москва; 2005 (2 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Министерство спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <https://lib.sportedu.ru>

Теория и практика физической культуры <http://sportlib.info/Press/TPFK/>

Физическая культура: образование, воспитание, тренировка <http://sportlib.info/Press/FKVOT/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>

2. ООО Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>

3. ЭБС IPR Books <https://www.iprbookshop.ru>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория спортивной подготовки

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES Acrobat 8.0 Pro Russian Version Win Full Educ Google Chrome

		Подключение к сети Интернет	
2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
3	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome</p>
4	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p>
5	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям</p>	<p>Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p>

		организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
--	--	--	--