

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
1157719	Основы тренировочного процесса киберспортсменов

Екатеринбург

<b>Перечень сведений о рабочей программе модуля</b>	<b>Учетные данные</b>
<b>Образовательная программа</b> 1. Управление и технологии в сфере физической культуры и спорта	<b>Код ОП</b> 1. 49.04.01/33.01
<b>Направление подготовки</b> 1. Физическая культура	<b>Код направления и уровня подготовки</b> 1. 49.04.01

Программа модуля составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Мясникова Татьяна Ивановна	к.п.н., профессор	профессор	физической культуры

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

Р.Х. Токарева

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Основы тренировочного процесса киберспортсменов

## 1.1. Аннотация содержания модуля

В основе курса – концепция ознакомления с новыми интеллектуальными видами спорта, включенными в единую всероссийскую спортивную классификацию. Системная реализация концепции, позволит дать основы общей и специальной физической подготовки спортсменов интеллектуального вида спорта, ознакомить с профилактикой предотвращения возможных заболеваний занятием киберспортом, ознакомить с методами оценки физического развития и функциональной подготовленности, дать характеристику двигательной активности и ознакомить слушателей с особенностями самостоятельной тренировки.

## 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	Основы тренировочного процесса киберспортсменов	2
ИТОГО по модулю:		2

## 1.3. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	Не предусмотрены
Постреквизиты и кореквизиты модуля	Не предусмотрены

## 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
Основы тренировочного процесса киберспортсменов	ПК-4 - Способен проектировать и реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и	З-2 - Определять целевую направленность программ образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта У-2 - Выбирать средства, методы и приемы видов спорта для проектирования и реализации программ образовательной,

	<p>физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>	<p>спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности</p> <p>П-2 - Создавать программы образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>
--	---	---

### **1.5. Форма обучения**

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Основы тренировочного процесса**  
**киберспортсменов**

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Мясникова Татьяна Ивановна	к.п.н., профессор	профессор	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:

- Мясникова Татьяна Ивановна, профессор, физической культуры

## 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Исключительно электронного обучения с использованием онлайн-курса университета-партнера в рамках сетевого договора
- 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
Р 1	Общая характеристика киберспорта	
Р1.Т1	Киберспорт как один из интеллектуальных видов спорта	Введение и краткое содержание киберспорта. Определение термина. Историческая справка о возникновении. Современность, статус.
Р1.Т2	Участники и правила соревнований в киберспорте	Любительский киберспорт. Профессиональный киберспорт. Турниры.
Р 2	Содержание спортивной подготовки в киберспорте	
Р2.Т1	Модель спортивной подготовки киберспортсмена	Теоретическая подготовка. Техническая подготовка. Физическая подготовка. Психологическая подготовка. Тактическая подготовка. Интегративная подготовка.
Р2.Т2	Индивидуальная тренировка под руководством специалиста	Двигательная активность и ее особенности. Спортивная подготовка. Средства спортивной подготовки. Организация и структура отдельного тренировочного занятия.
Р2.Т3	Самостоятельная индивидуальная тренировка	Мотивация и направленность самостоятельной физической тренировки. Формы самостоятельных занятий. Выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности самостоятельных занятий избранным видом спорта

<b>Р 3</b>	Медицинское обеспечение тренировочного процесса киберспортсменов	
<b>Р3.Т1</b>	Диагностика физического и функционального состояния	Методы оценки физического развития. Методы оценки функциональной подготовленности: Определение аэробной работоспособности. Оценка анаэробной производительности (по показателю максимального кислородного долга). Оценка физического состояния. Оценка физической работоспособности с помощью Гарвардского степ–теста. Оценка физической работоспособности по данным теста РWC170 и Непрямого определения МПК. Оценка физической работоспособности с помощью 6-моментной функциональной пробы. Определение адаптационного потенциала. Интегральная оценка уровня физического здоровья.
<b>Р3.Т2</b>	Компьютерный спорт и проблемы со здоровьем	Физическая форма и травмы. Профилактика заболеваний.
<b>Р 4</b>	Пути развития компьютерного спорта в России	Пути развития в киберспорте. Роль федерации в развитии киберспорта.

### 1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
			-	-

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы тренировочного процесса киберспортсменов

#### Электронные ресурсы (издания)

1. Гунина, Н. А.; Компьютер для работы и досуга : учебное пособие.; Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», Тамбов; 2012; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277672> (Электронное издание)
2. Смойлов, А. А.; Игровая деятельность и спорт в социальной рефлексии : монография.; ПГТУ, Йошкар-Ола; 2016; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459514> (Электронное издание)
3. Фискалов, В. Д.; Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие.; Спорт, Москва; 2016; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239> (Электронное издание)
4. , Кикоть, В. Я., Барчуков, И. С.; Физическая культура и физическая подготовка : учебник.; Юнити, Москва; 2015; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573> (Электронное издание)
5. Ланда, Б. Х.; Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология : учебное пособие.; Спорт, Москва; 2017; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471216> (Электронное издание)

## Печатные издания

1. Фискалов, В. Д.; Спорт и система подготовки спортсменов : учебник [для вузов].; Советский спорт, Москва; 2010 (5 экз.)
2. Барчуков, И. С., Маликов, Н. Н.; Физическая культура и спорт: методология, теория, практика : [учеб. пособие для вузов по направлению "Педагогика"].; Академия, Москва; 2006 (2 экз.)
3. Ланда, Б. Х.; Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 "Физ. культура и спорт".; Советский спорт, Москва; 2006 (1 экз.)

## Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Онлайн курс на платформе Openedu.ru. - URL: <https://openedu.ru/course/spbstu/CYBERS/>

Федерация компьютерного спорта России. - URL: <https://resf.ru/>

Статьи и методические рекомендации // Федерация компьютерного спорта России. - URL: <https://resf.ru/about/documentation/>

Правила вида спорта "Компьютерный спорт" // Министерство спорта России. - URL: <http://minsport.gov.ru/sport/high-sport/pravila-vidov-sporta/35578/>

Библиотека международной спортивной информации - <http://sportfiction.ru/partners/bmsi/>

## 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

Электронно-библиотечная система "Университетская библиотека онлайн" – URL: [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

Научная электронная библиотека Елайбрани.ру. - URL: <https://elibrary.ru/>

## 3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы тренировочного процесса киберспортсменов

### 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. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в	Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc



		<p>соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Персональные компьютеры по количеству обучающихся</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome, Mozilla Firefox</p>
2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Персональные компьютеры по количеству обучающихся</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome, Mozilla Firefox</p>
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Персональные компьютеры по количеству обучающихся</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome, Mozilla Firefox</p>
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome, Mozilla Firefox</p>
5	Самостоятельная работа студентов	<p>Персональные компьютеры по количеству обучающихся</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p> <p>Office 365 EDUA3 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES</p> <p>Google Chrome, Mozilla Firefox</p>