

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ФТД.01 Фармакология в спорте**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины формирование научно обоснованной системы знаний по использованию фармакологических препаратов в рамках медико-биологического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Задачи дисциплины:

– знакомство с классами фармакологических препаратов, используемых для медико-биологического обеспечения спортивной тренировки;

– знакомство с фармакологическими препаратами, рекомендуемых для восстановления и повышения спортивной работоспособности.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина ФТД.01 «Фармакология в спорте» относится к факультативным дисциплинам.

Освоение дисциплины ФТД.01 «Фармакология в спорте» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.03.03 Физиология человека

К.М.05.18 Спортивная медицина.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы общей фармакологии:**

Классификация основных фармакологических средств.

**Модуль 2. Основы спортивной фармакологии:**

Фармацевтические препараты для восстановления и повышения спортивной работоспособности. Группы допинговых фармпрепаратов.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК)

в соответствии с видами деятельности:

**ПК-3. Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки**

ПК-3.1 Знает основы организации здорового образа жизни, методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.	знать: – задачи медико-биологического и антидопингового обеспечения спортивной тренировки; уметь: – определять значение фармаобеспечения спортивной тренировки на современном этапе; владеть: – знаниями фармпрепаратов, рекомендуемых для обеспечения спортивной тренировки.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ПК-3.2 Владеет навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.	знать: – основные положения фармакологического обеспечения спортивной тренировки; уметь: – проводить профилактику использования допинга в спорте; владеть: – навыками контроля использования спортсменами рекомендуемых фармпрепаратов.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатъева Л.Е..

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
ФТД.02 Особенности подготовки спортивного волонтера**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – расширение знаний студентов о волонтерском движении, воспитание принципов добровольчества, привитие чувства патриотизма и значимости общественных работ.

Задачи дисциплины:

- изучить основы спортивного волонтерства;
- понять принципы построения и организации спортивного волонтерства;
- освоить применение форм и методов организации спортивных волонтеров.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина ФТД.02 «Особенности подготовки спортивного волонтера» относится к факультативным дисциплинам.

Освоение дисциплины ФТД.02 «Особенности подготовки спортивного волонтера» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.04.02 Организация работы спортивного судьи по биатлону
- К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы волонтерского движения спортивного направления:**

Спортивное волонтерство и его структура. Основные направления работ волонтеров спортивного направления. Проведение коммуникационной и рекрутинговой кампании.

**Модуль 2. Технология обучения волонтеров спортивного направления:**

Ориентирование и обучение волонтеров спортивного направления. Сопровождение и поддержка волонтеров спортивного направления в период проведения спортивных мероприятий. Мотивация, поощрение и признание волонтеров спортивного направления.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

**ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта**

ОПК-10.1 Свободно общается с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта, грамотно освещает проблемы профессиональной деятельности, выбирает и реализовывает тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам.	знать: – правила общения с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта; уметь: – устанавливать конструктивные взаимоотношения; владеть: – правилами общения с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-10.2 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный микроклимат в коллективе.</p>	<p>знать:  – способы грамотно освещать проблемы профессиональной деятельности;  – разнообразные стили общения;  уметь:  – организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса;  – создавать благоприятный микроклимат в коллективе;  владеть:  – способами грамотного освещения проблемы профессиональной деятельности;  – разнообразными стилями общения.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.01 История (история России, всеобщая история)**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование целостного представления об основных тенденциях мирового общественного развития начиная с древнейших времен и до начала XXI века, об особенностях исторического пути России и зарубежных стран.

Задачи дисциплины:

- вооружить студентов знаниями об основных этапах, событиях, фактах истории России и всеобщей истории;

- формировать основы исторического мышления у студентов, умения оперировать ключевыми научными понятиями;

- дать представление студентам о месте России в истории человечества и в современном мировом сообществе, взаимосвязи истории страны с мировой историей, вкладе России в мировую культуру.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.01 «История (история России, всеобщая история)» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.01 «История (история России, всеобщая история)» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философия.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Россия и мир с древнейших времен до конца XIX века:**

Древний Восток и античный мир. Рождение европейской средневековой цивилизации. Страны Западной Европы в раннее Средневековье. Экономическое и политическое развитие Западной Европы в XI – XV вв. Культура средневекового Запада. Русь в IX – XIII в. Возникновение Древнерусского государства. Внутренняя и внешняя политика первых Рюриковичей. Древняя Русь в XI – первой трети XIII в. Культура Древней Руси в X – XIII в. Причины и последствия перехода к удельному периоду. Борьба русского народа с иноземными захватчиками в XIII в. Формирование и развитие единого Российского государства в конце XIII – XVII вв. Русская культура в XIV – XVII вв. Европа в начал Нового времени. Государство и общество в XVII в. Эпоха Просвещения. Революции Европе в XVIII в. Российское государство в XVIII в. Реформы Петра Великого: предпосылки, сущность значение. Внешняя политика Петра. Эпоха «дворцовых переворотов» в России.

«Просвещённый абсолютизм» Екатерины Великой. Внешняя политика России во второй половине X VIII в. Российская империя в XIX веке. Александр I: попытки реформ, внешняя политика и Отечественная война 1812 года. Движение декабристов. Основные направления внутренней и внешней политики Николая I. Великие реформы Александра II: предпосылки сущность и значение. Внешняя политика России во второй половине X IX века. Крымская война. Александр III и его политика. Демографическое и социально-экономическое развитие России на рубеже X IX – XX вв. Эпоха наполеоновских войн. Промышленный переворот и становление индустриального Запада. Революции и реформы в Европе. Колониальные империи. Особенности развития стран Запада во второй половине XIX в.

**Модуль 2. Россия и мир в новейший период:**

Россия и мир в начале XX в. Нарастание общественно-политического кризиса в стране. Первая российская революция. Складывание основ российского парламентаризма. Первая мировая война: причины, цели сторон, основные этапы. События Февраля 1917 года в России.

Октябрьская революция и установление советской власти. Первые преобразования большевиков. Гражданская война и интервенция. Революционные события в Европе. Мир в межвоенный период. Советское государство в 20 – 30-е годы XX столетия. Вторая мировая война. Агрессия гитлеровской Германии. СССР в годы Великой Отечественной войны: основные этапы, итоги и уроки. Социально-экономическая, общественно-политическая жизнь СССР и международные отношения в 1945 – 1953 гг. «Холодная война». СССР в начале 1950-х – середине 1980-х гг.: от «оттепели» к «застоям». СССР и социалистические страны Европы. Запад во второй половине XX века. Общественно-политическое развитие Запада в 40 – 60-х гг. Научно-техническая революция и общество в 70 – 80-х гг. Россия в современном мире. СССР в период перестройки. Крах социализма в Восточной Европе. Распад СССР. Становление новой российской государственности. Социально-экономическое, политическое и культурное развитие современной России (1992 – 2010 гг.). Мир на пороге XXI в. .

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Образовательные результаты</b>
<b>УК-5. Способностью воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</b>	
УК-5.1 Воспринимает Российскую Федерацию как национальное государство с исторически сложившимся разнообразным этническим и религиозным составом населения и региональной спецификой.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– движущие силы и основные закономерности историко-культурного развития человека и общества;</li> <li>– базовые исторические знания о закономерностях развития человека и общества с древности до наших дней в социальной, экономической, политической, научной и культурных сферах;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять историко-культурный, цивилизационный и антропологические подходы к оценке социальных явлений современных глобальных процессов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами критики исторических источников и систематизации историко-культурной информации.</li> </ul>
УК-5.2 Анализирует социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских, религиозных и этических учений.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– место человека в историческом процессе, политической организации общества;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять понятийный аппарат и методы исторической науки в профессиональной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умениями анализировать социокультурные различия в современном мире, опираясь на знание мировой и отечественной истории;</li> </ul>
УК-5.3 Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям своего Отечества.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные методы исторического познания и теории, объясняющие исторический процесс;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– аргументировано обсуждать и решать проблемы мировоззренческого, нравственного, общественного и личностного характера опираясь на исторические знания;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами критической оценки научной литературы</li> </ul>
УК-5.4 Конструктивно взаимодействует с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные этапы и ключевые события истории России и всеобщей истории;</li> </ul> <p>уметь:</p>

успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– конструктивно взаимодействовать с окружающими с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции;</li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками соотношения общих исторических процессов и отдельных фактов.</li> </ul> </li> </ul>
УК-5.5 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера.	<ul style="list-style-type: none"> <li>знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>– важнейшие культурно-исторические ориентиры для гражданской этнонациональной социальной, культурной самоидентификации личности, миропонимания и познания современного общества на основе изучения исторического опыта России и мира;</li> <li>– важнейшие достижения материальной и духовной культуры и системы ценностей, сформировавшиеся в ходе исторического развития;</li> </ul> </li> <li>уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>– получать, обрабатывать и анализировать информацию, полученную из различных источников;</li> </ul> </li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками осуществления сознательного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции.</li> </ul> </li> </ul>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра отечественной и зарубежной истории и методики обучения, канд. ист. наук, доцент Меркушин А. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.02 Философия**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - развитие творческих способностей и культуры философского мышления студентов, освоение ими теоретических и методологических подходов к выработке мировоззренческих установок, профессиональных и гражданских качеств личности.

Задачи дисциплины:

- овладеть содержанием фундаментальных категорий и проблем философии (бытие, пространство, время, движение, человек, сознание, общество и т. д.);
- усвоить предмет, смысл и назначение философии, а также ее роль в жизни человека;
- развить умения логично формулировать, излагать и аргументировано отстаивать собственное видение рассматриваемых проблем;
- освоить методы философии для научного анализа действительности;
- развить творческое мышления, в том числе и в профессиональной сфере деятельности;
- овладеть приемами ведения дискуссии, полемики, диалога в профессиональной педагогической и культурно-просветительской деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.02 «Философия» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.02 «Философия» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.05 Профессиональная этика

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. История философии:**

Философия, круг ее проблем и роль в обществе. Философия Древнего мира. Философия средневековья и возрождения. Философия Нового времени. Философия постклассики Западной Европы и России.

**Модуль 2. Систематический курс:**

Бытие и субстанция как предмет философского осмысления. Проблема сознания в философии. Человек и его познание. Философский анализ природы и общества.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Образовательные результаты</b>
<b>УК-5. Способность воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</b>	
УК-5.2 Анализирует социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских, религиозных и этических	знать: – специфику философии как способа познания и духовного освоения мира; – основные философские учения; – основные разделы современного философского знания и исторические типы философии; уметь: – применять понятийный аппарат и философские мировоззрения в профессиональной деятельности;

учений.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать положения и категории философии для оценивания и анализа различных социальных тенденций, фактов и явлений;</li> <li>– использовать в практической жизни философские и общенаучные методы мышления и исследования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– базовыми принципами и приемами философского познания.</li> </ul>
---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра философии, канд. филос. наук, доцент Родина Е.Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.03 Финансовый практикум**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - формирование у обучающихся компетенций по вопросам финансовой грамотности.

Задачи дисциплины:

– изучение предметных областей финансовой грамотности (доходы и расходы, финансовое планирование и бюджет, личные сбережения, кредитование, инвестирование, страхование, риски и финансовая безопасность, защита прав потребителей, общие знания экономики и азы финансовой арифметики);

– формирование финансово грамотного поведения у обучающихся;

– знакомство с правами потребителей финансовых услуг и способами их защиты;

– формирование социально ответственного поведения у обучающихся как будущих участников финансового рынка.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.03 «Финансовый практикум» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.03 «Финансовый практикум» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности.

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Основы финансовой грамотности:**

Финансовое планирование: доходы и расходы. Банки: услуги и продукты. Инвестирование.

##### **Модуль 2. Финансово грамотное поведение:**

Риски и финансовая безопасность. Защита прав потребителей. Формирование экономической культуры

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

**УК-1. способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач**

УК-1.1. демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовность к нему.	знать: – особенности поиска, критического анализа и синтеза информации; уметь: – осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации; – применять системный подход для решения поставленных задач; владеть: – способами поиска, критического анализа и синтеза информации.
---------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра менеджмента и экономики образования, канд. социол. наук, доцент Стародубцева Л. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов комплексного представления о правовом регулировании в сфере образования в Российской Федерации.

Задачи дисциплины:

- изучение нормативных документов, прямо или косвенно определяющих принципы нормативно-правового регулирования и регламентации деятельности образовательных организаций;
- формирование знаний о законодательной и нормативной базе функционирования системы образования Российской Федерации;
- формирование навыков работы с нормативно-правовыми актами в сфере образования;
- развитие умения толкования и правоприменения правовых норм, регулирующих образовательные отношения;
- формирование навыка составления нормативных актов и иных документов в сфере образования.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.04 «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.04 «Правовые основы профессиональной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях, имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Международное физкультурно-спортивное право:**

Право на образование в системе прав и свобод человека. Субъекты учебной и научной деятельности в системе образования.

**Модуль 2. Нормативно-правовая база в сфере физической культуры и спорта в РФ:**

Правовой статус образовательной организации. Правовое регулирование отношений в области образования.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций. Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</b>	
УК-2.1 Определяет совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели, исходя из действующих правовых норм	знать: – основные задачи, обеспечивающие достижение поставленной цели; уметь: – анализировать систему действующих правовых норм в сфере образования; владеть: – навыком ведения дискуссий, обеспечивающих достижение поставленной цели, исходя из действующих правовых норм.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

***ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики***

<p>ОПК-12.1 Знает систему отечественного Законодательства в сфере спорта и физической культуры; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ; нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта, анализирует и оценивает законодательные инициативы.</p>	<p>знать: – основные законодательные и нормативные акты в области образования; уметь: – анализировать систему нормативно-правовых актов в сфере образования, нормативного регулирования общественных отношений; владеть: – юридической терминологией, навыком ведения дискуссий по правовым вопросам.</p>
<p>ОПК-12.2 Использует в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов; с позиций правовых норм анализирует конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений, осуществляет физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с нормами профессиональной этики.</p>	<p>знать: – правовые и организационные основы деятельности образовательных учреждений и организаций; уметь: – анализировать нормативные правовые акты в области образования и выявлять возможные противоречия; владеть: – навыком правового анализа документов, практических ситуаций, правовой квалификации событий и действий; – навыками разрешения правовых проблем и коллизий в профессиональной деятельности.</p>

***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра правовых дисциплин, старший преподаватель Гуревичева Ю. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.01.05 Профессиональная этика**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - формирование у студентов целостного представления о профессиональной этике как системе принципов и нравственных норм профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- развитие профессионального мышления и способности к систематическому профессиональному самообразованию;
- формирование готовности и способности к профессиональной деятельности в системе общего образования.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.05 «Профессиональная этика» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.05 «Профессиональная этика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике
- К.М.04.04 Педагогика физической культуры и спорта
- К.М.02.05 Язык и культура мордовского народа

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Понятие профессиональной этики:**

Этика как наука о морали и нравственности. История развития профессиональной этики. Этические кодексы. Мораль как система принципов, норм и идеалов. Управленческая этика.

**Модуль 2. Основные этические принципы профессиональной деятельности:**

Виды дресс-кода. Деловой дресс-код. Медицинская этика и биоэтика. Этика педагога. Деловые переговоры в различных странах.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>		
УК-3.1	Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения	знать: – условия эффективного взаимодействия в команде; уметь: – проявлять лидерские качества и умения на основе культурного группового общения; владеть: – навыками организации взаимодействия в коллективе, группе (определять общие цели, распределять роли и др.).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>		
ОПК-5.1	Проектирует и	знать:

<p>реализует воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств.</p>	<p>– условия эффективного речевого взаимодействия;  уметь:  – организовывать взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли и др.);  владеть:  – ценностями и нормами речевого поведения в процессе группового общения (культурой группового общения);</p>
<p>ОПК-5.2 Проектирует ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения.</p>	<p>знать:  – структуру конфликта и социально одобряемые, конструктивные способы их разрешения;  уметь:  – прогнозировать развитие конфликта и находить способы их конструктивного разрешения;  владеть:  – речевым этикетом и опорой на моральные принципы в условиях конфликтных ситуаций</p>
<p>ОПК-5.3 Регулирует поведение занимающихся для обеспечения безопасной физкультурно-образовательной среды.</p>	<p>знать:  – разновидности коммуникативных ролей в групповом общении;  уметь:  – приемами гармонизации диалога в ходе группового обсуждения;  владеть:  – ценностями и нормами речевого поведения в процессе группового общения (культурой группового общения)</p>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра философии, канд. филос. наук, доцент  
Виноградова И. Б.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.06 Менеджмент физической культуры и спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - приобретение студентами знаний и умений системного анализа и использования современных управленческих отношений в сфере физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- формировать у будущих специалистов сферы физической культуры и спорта управленческие компетенции;
- Формировать способность находить организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готовность нести за них ответственность;
- формировать умение эффективно применять разнообразные механизмы современного менеджмента в практике деятельности различных физкультурно-спортивных организаций.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.06 «Менеджмент физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.01.06 «Менеджмент физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Сущность менеджмента в спорте:**

Основы современного менеджмента. Система менеджмента в физической культуре и спорте. Функциональные разновидности менеджмента в физической культуре и спорте.

**Модуль 2. Маркетинг в спорте:**

Информационное обеспечение спортивного менеджмента. Маркетинг физкультурно-спортивных организаций. Реклама в спорте.

**Модуль 3. Организация спортивного менеджмента:**

Характеристика менеджмента в сфере ФК и спорта. Организация и технология менеджмента в сфере физической культуры и спорта. Организация клубной физкультурно-спортивной работы с населением.

**Модуль 4. Процесс управления менеджмента в спорте:**

Технология создания физкультурно-спортивной организации. Менеджмент профессионального спорта. Управленческое решение как системный инструмент менеджмента в физической культуре и спорте.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</b>	
УК-2.1 Определяет совокупность взаимосвязанных задач,	знать: - задачи и цели действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений;

<p>обеспечивающих достижение поставленной цели, исходя из действующих правовых норм</p>	<p>уметь:          – оценивать совокупность взаимосвязанных задач для достижения поставленной цели на основе действующих правовых норм;          владеть:          – навыками достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм эффективного взаимодействия.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

***ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта***

<p>ОПК-10.1 Свободно общается с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта, грамотно освещает проблемы профессиональной деятельности, выбирает и реализовывает тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам.</p>	<p>знать:          – сущность менеджмента в сфере физической культуры и спорта;          уметь:          – освещать проблемы профессиональной деятельности;          владеть:          – навыками эффективного взаимодействия.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-10.2 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный микроклимат в коллективе.</p>	<p>знать:          – определение и основные типы физкультурно-спортивных организаций, основные признаки, основы научного управления в физкультурно-спортивной организации;          уметь:          – устанавливать конструктивные взаимоотношения;          владеть:          – навыками эффективного взаимодействия.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики***

<p>ОПК-12.1 Знает систему отечественного Законодательства в сфере спорта и физической культуры; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ; нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта, анализирует и оценивает законодательные инициативы.</p>	<p>знать:          – приоритетные направления развития сферы физической культуры и спорта Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации;          уметь:          – вырабатывать, принимать и реализовывать управленческие решения в профессиональной деятельности;          владеть:          – технологиями организации рабочего процесса в физкультурно-спортивной организации.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-12.2 Использует в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных</p>	<p>знать:          – приоритетные направления развития сферы физической культуры и спорта Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации;</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>документов; с позиций правовых норм анализирует конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений, осуществляет физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с нормами профессиональной этики.</p>	<p>уметь:  - использовать в профессиональной деятельности положения законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации;  владеть:  - технологиями организации рабочего процесса в физкультурно-спортивной организации.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра менеджмента и экономики образования, канд. социол. наук, доцент Стародубцева Л. В.

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **К.М.02.01 Иностранный язык**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - овладение студентами коммуникативной компетенцией, позволяющей осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах.

Задачи дисциплины:

- развитие языковых и речевых умений для осуществления деловой коммуникации на иностранном языке в профессиональной сфере;
- овладение формами речевого этикета в деловой сфере общения;
- обучение основам работы с источниками информации на иностранном языке.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.01 «Иностранный язык» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.02.01 «Иностранный язык» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.02.05 Язык и культура мордовского народа

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Образ жизни современного человека в России и за рубежом:**

Знакомство. Сведения о себе. Внешность. Характер, личностные качества. Как правильно организовать будний день. Режим выходного дня. Досуг/хобби. Еда дома и не дома, покупка продуктов. Роль семьи в жизни человека.

**Модуль 2. Межличностные отношения в семье, в учебном заведении:**

Семейные обязанности. Семейные традиции, их сохранение и создание. Семейные праздники. Проблемы в родительском доме. Досуг и развлечения в семье. Устройство городской квартиры/загородного дома. Планирование семейных путешествий. Образ жизни современного человека в стране изучаемого языка.

**Модуль 3. Современный мир:**

Географическое положение страны изучаемого языка. Национальные традиции России. Общее и различное в странах и национальных культурах. Образ жизни современного человека в России. Национальные традиции и обычаи России. Проблемы глобального языка и культуры. Международный туризм.

**Модуль 4. Визит в страну изучаемого языка:**

Путешествия и туризм как средство культурного обогащения личности. Планирование путешествия через турагенство. Города: крупнейшие города страны изучаемого языка. Столица страны изучаемого языка. Крупнейшие города России и их достопримечательности. Родной край. Достопримечательности.

**Модуль 5. Профессиональная деятельность в жизни человека:**

Студенческая жизнь в России и за рубежом. Моя студенческая жизнь. Я-студент. Студенческие традиции разных стран. Научная, культурная и спортивная жизнь студентов российских вузов. Любимые и нелюбимые предметы. Интернет и его возможности в обучении. Иностранный язык – один из ключей для всех дверей. Моя будущая профессия.

**Модуль 6. Избранное направление профессиональной деятельности:**

Моя будущая профессия. Основные сферы деятельности тренера. Выдающиеся тренеры. Качества, которыми должен обладать тренер. Роль тренера в жизни спортсмена.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

<b>УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)</b>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>УК-4.1 Использует различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах).</p>	<p>знать:  — основные различия лингвистических систем русского и иностранного(ых) языков;  — основы речевых жанров, актуальных для учебно-научного общения;  уметь:  — реализовывать различные виды речевой деятельности в учебно-научном общении на русском и иностранном(ых) языках;  владеть:  — навыками коммуникации в иноязычной среде.</p>
<p>УК-4.2 Свободно воспринимает, анализирует и критически оценивает устную и письменную деловую информацию на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах).</p>	<p>знать:  — основные особенности слушания, чтения, говорения и письма как видов речевой деятельности;  уметь:  — осуществлять эффективную межличностную коммуникацию в устной и письменной формах на иностранном(ых) языке(ах);  владеть:  — способами решения коммуникативных и речевых задач в конкретной ситуации общения.</p>
<p>УК-4.3 Владеет системой норм русского литературного языка, родного языка и нормами иностранного(ых) языка(ов).</p>	<p>знать:  — основные нормы русского и иностранного(ых) языков в области устной и письменной речи;  уметь:  — создавать и редактировать тексты основных жанров деловой речи;  владеть:  — различными видами и приемами слушания, чтения, говорения и письма.</p>
<p>УК-4.4 Использует языковые средства для достижения профессиональных целей на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах).</p>	<p>знать:  — основные средства создания вербальных и невербальных текстов в различных ситуациях личного и профессионально значимого общения;  уметь:  — осуществлять эффективную межличностную коммуникацию в устной и письменной формах на иностранном(ых) языке(ах);  владеть:  — приемами создания устных и письменных текстов различных жанров в процессе учебно-научного общения;  — языковыми средствами для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языках.</p>
<p>УК-4.5 Выстраивает стратегию устного и письменного общения на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>	<p>знать:  — основные модели речевого поведения;  — сущность речевого воздействия, его виды, формы и средства;  уметь:  — вести диалог на иностранном(ых) языке(ах);  владеть:  — мастерством публичных выступлений в учебно-научных ситуациях общения;  — техниками и приемами коммуникации в условиях межкультурного разнообразия.</p>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 з.е., 288 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра иностранных языков и методик обучения, старший преподаватель Дусина Н. В., старший преподаватель Бурканова О. П., ассистент Кирьякова О. В.

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **К.М.2 Русский язык и культура речи**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – совершенствование речевой культуры студентов, воспитание культурно-ценностного отношения к русской речи

Задачи дисциплины:

- знакомство с различными нормами литературного языка и его вариантами, с основами ораторского искусства;
- изучение функций языка и речи;
- формирование навыков делового общения;
- воспитание и обогащение индивидуального культурного языкового опыта студентов.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.02 «Русский язык и культура речи» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.02.02 «Русский язык и культура речи» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.27(У) Учебная (ознакомительная) практика

К.М.02.03 Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Язык и речь. Коммуникативный аспект культуры речи:**

Предмет курса. Русский язык и культура речи: основные понятия. Функции языка. Уровни владения языком. Формы существования языка. Национальный русский язык. Русский литературный язык. Нелитературные варианты языка. Функциональные стили современного русского литературного языка. Официально-деловой стиль. Научный стиль. Публицистический стиль. Разговорный стиль. Нормативный, коммуникативный и этический аспекты речевой культуры. Коммуникативная ситуация: основные компоненты, речевые роли коммуникантов, цели речи. Коммуникативная норма. Коммуникативные качества речи: правильность, уместность, чистота, точность, логичность, богатство, выразительность речи.

##### **Модуль 2. Нормативный и этический аспекты :**

Языковая норма, ее роль в становлении и функционировании литературного языка. Особенности норм и их типы. Динамическая теория нормы. Вариантность норм. Понятие речевой ошибки.

Понятие об ударении; особенности русского словесного ударения. Слабые участки в системе акцентологических норм: ударения в именах существительных; ударение в кратких прилагательных и причастиях; ударение в глаголах. Нормы произношения: произносительные нормы русского языка и основные фонетические законы; благозвучность речи; интонация и ее функции; стили произношения.

Нормы морфологии: трудные случаи употребления существительных, прилагательных, глагола, числительных, местоимений. Нормы синтаксиса: слабые участки в системе синтаксических норм (колебания и нормы в системе словосочетания; колебания и нормы в системе предложения).

Нормы словоупотребления (лексические нормы). Условия успешного выбора слова. Сочетаемость слов. Слова-синонимы, антонимы, паронимы.

Стилистическая окраска языковых единиц. Понятие стилистической нормы. Стилистические ошибки.

Русская орфография: нормы и варианты, правила и исключения, принципы и тенденции. Пунктуация как показатель речевой культуры. Письменные высказывания, их особенности,

основные жанры, приемы создания.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

<b>УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)</b>	
УК-4.1 Использует различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах).	знать: – современную теоретическую концепцию культуры речи, орфоэпические, акцентологические, грамматические, лексические нормы русского литературного языка; – универсальные закономерности структурной организации и самоорганизации текста; уметь: – логически верно организовывать устную и письменную речь; владеть: – техникой деловой речевой коммуникации, опираясь на современное состояние языковой культуры.

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра русского языка и методики преподавания русского языка, канд. пед. наук, доцент Уланова С. А.

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **К.М.3 Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - является формирование у студентов первоначальных представлений о связях с общественностью как объекте изучения и сфере практической деятельности в физической культуре и спорте.

Задачи дисциплины:

- формирование базовых знаний, умений и навыков для выполнения следующих видов деятельности в сфере рекламы и связей с общественностью: организационно-управленческой, проектной, коммуникационной, рекламно-информационной, рыночно-исследовательской и прогнозно-аналитической;

- подготовка к выполнению следующих задач профессиональной деятельности: 1) проведение мероприятий по повышению имиджа организации, продвижению товаров и услуг фирмы на рынок; 2) участие в проектировании программ и отдельных мероприятий в области рекламы и связей с общественностью, обеспечение средств и методов реализации проектов, участие в организации работы проектных команд; 3) участие в создании эффективной коммуникационной инфраструктуры организации; 4) участие в планировании, подготовке и проведении коммуникационных кампаний и мероприятий в соответствии с целями и задачами организации на основе результатов исследований; 5) проведение рыночного наблюдения, опросов, анкетирования, эксперимента с целью улучшения имиджа и конкурентной позиции фирмы, организации, товаров и услуг; сбор, обработка и анализ полученных данных; 6) подготовка, организация и проведение анкетирования и опросов мнения потребителей и общественного мнения; обработка и подготовка данных для анализа; 7) сбор и систематизация научно-практической информации по теме исследований в области рекламы связей с общественностью.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;  
формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.–сбор, обработка и анализ полученных данных;  
– организация и проведение анкетирования и опросов мнения потребителей и общественного мнения; обработка и подготовка данных для анализа;  
– подготовка к сбору и систематизации научно-практической информации по теме исследований в области рекламы и связей с общественностью.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.03 «Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.02.03 «Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.06 Менеджмент физической культуры и спорта

К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов

К.М.05.25(П) Производственная (педагогическая) практика

К.М.05.28(П) Производственная (тренерская) практика

К.М.02.01 Иностранный язык

К.М.01.02 Философия

К.М.06.02 Тренажерные технологии в спорте

К.М.06.03 Практикум по проектированию тренировочных занятий

К.М.01.03 Финансовый практикум

К.М.06.04 Современные средства оценивания результатов спортивной подготовки

К.М.04.04 Педагогика физической культуры и спорта

К.М.02.04 Информационные технологии в физической культуре и спорте

К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности

К.М.01.05 Профессиональная этика

К.М.04.05 Психология физической культуры и спорта

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Связи с общественностью как отрасль знаний:**

Введение. Предмет и задачи курса. Роль связей с общественностью в физической культуре. История развития связей с общественностью в физической культуре. Современный специалист в области связей с общественностью. Имидж спорта и физической культуры. Фирменный стиль спортивной организации.

**Модуль 2. Реклама и пропаганда в сфере физической культуры и спорта:** Целевые аудитории в связях с общественностью. Организация и проведение кампаний в сфере связей с общественностью. Организация специальных событий. Управление кризисными ситуациями. Этика и право в сфере связей с общественностью.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>	
УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности социального взаимодействия личности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работать в команде, проявлять лидерские качества и умения</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами эффективного взаимодействия с отдельной личностью и группой в целом.</li> </ul>
УК-3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности речевого общения в социальном взаимодействии;</li> <li>– условия эффективного речевого взаимодействия;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять эффективные методики речевого и социального взаимодействия в практической деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами эффективного речевого и социального взаимодействия.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>	
ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства, методы и формы раскрытия личностного потенциала занимающегося, формирования осознанного отношения физкультурно-спортивной деятельности, основы организации здорового образа жизни.</li> </ul>
ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.	<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разъяснять занимающимся важность ведения здорового образа жизни, ценность занятий физическими упражнениями.</li> </ul>

ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	владеть: – навыками формирования отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок ведение здорового образа жизни.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, старший преподаватель Тарасова С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.02.04 Информационные технологии в физической культуре и спорте**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - повышение уровня профессиональной подготовленности и компетентности будущих специалистов по физической культуре и спорту на основе использования в учебном процессе современных информационных технологий.

Задачи дисциплины:

- обеспечить формирование у студентов знаний, навыков и умений работы на компьютере;
- способствовать формированию у студентов умений и навыков по сбору, хранению, обработке, анализу и передаче разнообразной информации с использованием современных информационных и телекоммуникационных технологий;
- обеспечить формирование у студентов умений и навыков по использованию информационных технологий для решения учебных, исследовательских и профессионально-прикладных задач;
- способствовать формированию у студентов интереса и потребности в углубленном изучении информационных технологий, высокому уровню овладения междисциплинарными знаниями и умениями, повышению профессиональной компетентности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.04 «Информационные технологии в физической культуре и спорте» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.02.04 «Информационные технологии в физической культуре и спорте» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.25(П) Производственная (педагогическая) практика

К.М.05.12 Теория и методика физической культуры

К.М.05.08 Теория и методика избранного вида спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы использования информационных технологий в области ФК и спорта:**

Использование современных информационных технологий в системе подготовки и профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту. Поиск и обмен информацией при помощи интернет-технологий в области физической культуры и спорта. Аппаратные и программные средства современных информационных технологий в области физической культуры и спорта. Технология создания и обработки текстовой и числовой документации в области физической культуры и спорта.

**Модуль 2. Мультимедиа-технологии в области ФК и спорта:**

Электронные образовательные ресурсы в области физической культуры и спорта.

Организация электронного тестирования и online-анкетирования. Создание редактирование мультимедиа материалов в области физической культуры и спорта. Программно-педагогические мультимедиа средства в области физической культуры и спорта. Сетевое пространство специалиста в области физической культуры и спорта.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-1. способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</b>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

УК-1.1. демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовность к нему.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности поиска, критического анализа и синтеза информации с использованием информационных технологий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять системный подход для решения поставленных задач;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации с использованием современного прикладного программного обеспечения, в том числе в контексте их использования в профессиональной деятельности.</li> </ul>
---------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</i></b>	
ОПК-11.2 Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- структуру персонального компьютера;</li> <li>- современные информационные технологии;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные информационно-коммуникационные технологии в процессе профессиональной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации с использованием современного прикладного программного обеспечения, в том числе в контексте их использования в профессиональной деятельности.</li> </ul>

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра информатики и вычислительной техники, канд. физико-матем. наук, доцент Лапин К. С.

## *Аннотация рабочей программы дисциплины*

### *К.М.02.05 Язык и культура мордовского народа*

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов представлений о языке титульной нации Республики Мордовия как культурно-исторической среде, воплощающей в себе историю, обычаи, традиции региона; развитие коммуникативной и профессиональной компетенции; повышение культуры общения, способности воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

Задачи дисциплины:

- способствовать успешному освоению педагогической деятельности в любой предметной области в образовательных учреждениях с полиэтничным составом учащихся;
- способствовать осознанию роли мордовских языков как языков титульной нации Республики Мордовия в контексте культуры мордовского народа;
- сформировать представление о языке как активно действующей части культуры, отражающей все сферы деятельности человека и его представления об окружающем мире;
- формировать посредством лингвистического материала интерес к культуре, истории, традициям и обычаям мордовского народа;
- совершенствовать способность воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.05 «Язык и культура мордовского народа» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.02.05 «Язык и культура мордовского народа» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

ФТД.02 Особенности подготовки спортивного волонтера.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Язык и культура. Мордовские (мокшанский / эрзянский) языки как средство трансляции культуры:**

Будем знакомы / Ультяно содавиксэкс / Ульхтяма содавикс. Наша семья / Минек семьянок / Минь семьяньке. История мордовского народа / Мокшэрзянь народонтъ историязо / Мокшэрзянь народтъ историяц. Материальная культура мордовского народа / Мокшэрзянь народонъ материальной культурась / Мокшэрзянь народтъ материальной культурац. Духовная культура мордовского народа / Мокшэрзянь народонъ духовной культурась / Мокшэрзянь народтъ духовной культурац. Знаменитые люди Мордовии / Мордовиянь содавикс лома-нтне / Мордовиянь содавикс ломаттне. Человек и его внешность / Ломанесь ды сонзэ рунгозо / Ломанць и сонь ронгоц. Учусь в институте / Тонавтнян институтсо / Тонафнян институтса. Наш город / Минек ошошь / Минь ошеньке.

**Модуль 2. Национально-культурная специфика мордовских (мокшанского / эрзянского) языков:**

Национальная кухня / Ярсамопель / Ярхамбяль. Национальный костюм / Оршамопель. Карсемапель / Щанне. Каряпне. Национальные игры и досуг мордвы / Ютко шкасто / Ша-ва пингсь. Мордовские национальные праздники / Мокшэрзянь по-кшчитне / Мокшэрзянь илатне. Мордовский фольклор и литература / Мокшэрзянь фольклорось ды литературась / Мокшэрзянь фольклорсь и литературась. Художественное творчество мордовского народа / Мокшэрзянь народонтъ художественной творчествась / Мокшэрзянь народтъ художественной творчествась.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)</b>	
УК-4.1. Использует различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском, родном и иностранном(ых) языке(ах).	знать: – формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и родном языке(ах); уметь: – определять роль устной и письменной коммуникации на родном языке наряду с русским, как государственного языка в Республике Мордовия; владеть: – навыками применения языковых средств, отражающих особенности мордовской культуры.
УК-4.3. Владеет системой норм русского литературного языка, родного языка и нормами иностранного(ых) языка(ов).	знать: – нормы русского литературного языка и родного языка; уметь: – применять языковые средства, отражающие особенности мордовской культуры; владеть: – навыками устной и письменной коммуникации на родном языке наряду с русским.

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра родного языка и литературы, канд. филол. наук, доцент Натуральнова Г. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.01 Анатомия человека**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование профессиональных навыков и умений в области анатомии человека и готовности к их использованию в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- изучение организма человека как единого целого с учётом возрастных половых и индивидуальных особенностей, выявления морфофункциональных связей, подчёркивающих неразрывность формы и функции их глубокую взаимосвязь;
- определение глубины профессиональных знаний в области анатомии человека ;
- способствовать формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.01 «Анатомия человека» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.01 «Анатомия человека» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.03 Физиология человека

К.М.05.17 Спортивная морфология

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Костная система:**

Функциональная анатомия опорно-двигательного аппарата человека. Общая анатомия костей и их соединений. Строение скелета туловища. Строение скелета головы. Строение скелета верхней конечности. Строение скелета нижней конечности. Развитие и возрастные особенности скелета человека.

**Модуль 2. Мышечная система:**

Общая анатомия мышц. Функциональная анатомия и топография скелетных мышц отдельных областей тела человека. Мышцы головы, шеи, туловища. Общий обзор мышц туловища (груди, спины, живота). Общий обзор мышц верхней и нижней конечности. Функциональные группы мышц. Структурная организация мышц, механизм мышечного сокращения и расслабления.

**Модуль 3. Анатомия органов систем обеспечения движения:**

Понятие о внутренних органах, их отношении к разным системам и функциональное значение. Классификация внутренних органов: полые и паренхиматозные, их строение. Функциональная анатомия сердечно-сосудистой системы и лимфооттока. Состав крови. Функции форменных элементов крови. Положение, форма и размеры сердца. Строение и классификация сосудов. Строение артерий, вен, капилляров. Большой, малый и сердечный круги кровообращения. Проводящая система сердца. Свойства сердечной мышцы. Общая анатомия органов дыхания. Строение мочевых органов. Механизм образования мочи. Морфологическая и функциональная характеристика органов пищеварения. Наружные и внутренние половые органы мужчин и женщин, их строение и функции.

**Модуль 4. Анатомия органов систем, контролирующих движения:** Классификация нервной системы по топографическому и функциональному признакам. Морфологическая основа рефлекторной деятельности человека. Спинной мозг. Строение спинного мозга, образование спинномозговых нервов. Строение головного мозга: продолговатый, задний, средний, промежуточный, конечный мозг. Строение коры головного мозга. Подкорковые и корковые центры, их расположение и функция. Проводящие пути центральной нервной системы. Периферическая нервная система. Функциональная анатомия органов чувств (анализаторов). Понятие об анализаторе:

его части и назначение. Орган зрения. Орган слуха. Строение и функции кожи.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

***ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста***

ОПК-1.1 Устанавливает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов	знать: – анатомическое строение и функцию органов, детали их строения; – взаимоотношения органов друг с другом; – закономерности роста и развития организма; – особенности изменений органов под влиянием физкультурно-спортивной деятельности; уметь: – находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения; – определять проекцию органов на поверхности тела; – обозначать оси и демонстрировать движения вокруг них в суставах; владеть: – анатомической терминологией.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий***

ОПК-2.1 Проводит антропометрические измерения для оценки физического развития	знать: – анатомо-физиологические особенности лиц различного пола и возраста; – анатомические особенности опорно-двигательного аппарата человека; уметь: – определять анатомо-физиологические показатели физического развития; владеть: – базовыми методиками определения анатомо-физиологических показателей физического развития.
-------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся***

ОПК-9.1 Владеет опытом контроля за состоянием различных функциональных систем	знать: – методы измерения и оценки физического развития; – функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола, оценки двигательных качеств; уметь: – интерпретировать результаты измерений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; владеть: – опытом применения методов измерений основных параметров физического состояния в покое и при нагрузках.
-------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 з.е., 180 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра биологии, географии и методик обучения, д-р биол. наук, профессор Шубина О. С., канд. биол. наук, старший преподаватель Дуденкова Н. А.

## *Аннотация рабочей программы дисциплины*

### *К.М.03.02 Биохимия человека*

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – сформировать у студентов системы знаний о закономерностях биохимических процессах, протекающих в организме человека, а также навыки использования полученных знаний в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- изучение химического строения организма человека и химических процессов, лежащих в основе его жизнедеятельности;

- обобщение знаний о влиянии двигательной деятельности на биохимические превращения в организме человека;

- формирование основ биохимических процессов у людей разных возрастных категорий, особенной в детском возрасте, для физического воспитания детей и подростков, укрепления их здоровья, для рационального построения образовательного процесса;

- научное обоснование методов организации комплексного биохимического контроля в образовательном процессе с использованием разных методов биохимического исследования.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.02 «Биохимия человека» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.02 «Биохимия человека» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.01 Анатомия человека

К.М.03.03 Физиология человека

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая биохимия:** Содержание раздела 1 «Общая биохимия» Введение в биохимию Предмет и методы биохимии. Значение биохимии для развития биологии, медицины, сельского хозяйства и промышленности. Краткая история биохимии. Химический состав, строение и свойства основных групп органических соединений, участвующих в построении живой материи, в процессах жизнедеятельности и обмене веществ организма. Формирование биохимических знаний и понятий. Химический состав организмов. Постоянно и иногда встречающиеся элементы. Понятие о макро-, микро- и ультрамикрорезультатах в составе живой материи. Потребность организмов в химических элементах. Характеристика основных классов химических соединений, входящих в состав живой материи. Биохимия физических упражнений. Роль белков в процессах построения живой материи. Общая характеристика углеводов, липидов. Классификация и обмен. Взаимосвязь и регуляция процессов обмена веществ. Значение гормональной регуляции функций организма. Возрастные особенности биохимического состояния организма. Преобразование энергии в живых организмах. Биологическое окисление.

**Модуль 2. Биохимия физических упражнений и спорта:**

Общие понятия об обмене веществ и энергии в организме. Обмен веществ и энергии – неотъемлемое свойство живого. Обмен веществ, как закономерный, самосовершающийся процесс превращения материи в живых телах. Анаболизм и катаболизм. Масштабы обмена веществ на Земле. Биосфера и ее геохимическая роль. Промежуточный обмен веществ. Энергетика обмена веществ. Понятие об уровне свободной энергии в органическом соединении и его изменении в процессе преобразования веществ. Макроэргические соединения и макроэргические связи. Биохимия мышц и мышечного сокращения. Энергетика мышечной деятельности. Биохимические основы спортивной тренировки. Характеристика тренированного организма. Биохимические закономерности утомления и восстановления. Биохимические основы двигательных качеств. Биохимические изменения в организме при занятиях различными видами спорта. Биохимические основы рационального питания спортсменов. Биохимический контроль в спорте.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные понятия биохимии в рамках программ общеобразовательной подготовки;</li> <li>– механизмы протекания основных биохимических процессов в организме человека;</li> <li>– основы химического состава живых организмов и основные пути обмена веществ;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– объяснить взаимосвязь между биохимическими процессами и состоянием здоровья людей;</li> <li>– использовать теоретические знания о строении и свойствах биомолекул при проведении исследования и в профессиональной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования современных методов биохимических исследований.</li> </ul>
<b><i>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</i></b>	
ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные биохимические процессы, протекающие в организмах и основы биорегуляции организмов;</li> <li>– многообразие биохимических процессов и сохранение устойчивости организма;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать физическую активность детей и взрослых, здоровый стиль жизни на основе потребности заниматься физическими упражнениями;</li> <li>– аргументировать научную позицию при анализе лже-, псевдо– и антинаучных утверждений, а также популистских, не обоснованных с научной точки зрения трактовок биохимических процессов и методов их регуляции;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основами системного подхода к изучаемым биохимическим процессам и наблюдаемым физиологическим проявлениям, обладать комплексным видением биохимических процессов;</li> <li>– биохимическим научным языком и описывать биохимические процессы биохимической научной терминологией.</li> </ul>

#### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра химии, технологии и методик обучения, д-р хим. наук, профессор Ямашкин С. А.

## *Аннотация рабочей программы дисциплины*

### *К.М.03.03 Физиология человека*

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – подготовка студентов к профессиональной деятельности в сфере физической культуры, спорте, двигательной рекреации и реабилитации, пропаганде здорового образа жизни, педагогике путем формирования систематизированных знаний в области физиологии человека (физиологические, физико-химические процессы, происходящие в организме, системах и органах человека в покое и при физических нагрузках, механизмы их регуляции).

Задачи дисциплины:

- изучение закономерностей функционирования различных систем и органов человеческого организма и механизмов их регуляции;
- изучение количественных и качественных показателей состояния внутренней среды организма, механизмов ее регуляции и защиты;
- изучение механизмов взаимодействия организма с внешней средой;
- подготовка студентов к использованию современных знаний физиологии в профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, двигательной рекреации и реабилитации педагогической и культурно-просветительской работы.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.03 «Физиология человека» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.03 «Физиология человека» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.04.03 Обучение лиц с ОВЗ

К.М.03.04 Основы медицинских знаний

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Общая физиология. Регуляция функций. Интегративная физиология:**

Введение. Понятие о живом организме и функциях. Методы физиологических исследований. Гомеостаз. Биотоки. Мембранный потенциал. Потенциалы действия. Законы раздражения. Парабриоз.

##### **Модуль 2. Интегративная физиология:**

Рефлекторный принцип работы нервной системы. Физиология рецепторов и нервных волокон. Механизм передачи возбуждения в НЦ. Синапс. Свойства НЦ. Торможение в ЦНС. Координация деятельности НЦ. Физиология ЦНС.

##### **Модуль 3. Физиология мышечных систем:**

Общая физиология мышечной ткани. Механизм мышечного сокращения. Физиология сердца. Сердечный цикл. Физиология крови.

##### **Модуль 4. Интегративная физиология. Физиология вегетативных систем:**

ВНД. Рефлексы. Физиология системы дыхания. Внешнее дыхание. Физиология системы пищеварения. Пищеварение в полости рта и желудке. Репродуктивные функции организма. Морфофункциональные основы репродукции.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать научные положения классической физиологии и достижения современной физиологии в профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта и преподавателя физической культуры;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– физиологическими знаниями, исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе тренировки, соревнования и проведения физкультурно-спортивных занятий.</li> </ul>
<b><i>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i></b>	
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– закономерности осуществления функций в организме человека и механизмы их регуляции;</li> <li>– основные физиологические процессы, протекающие в различных системах организма во время мышечной деятельности и механизмы их регуляции;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать научные положения классической физиологии и достижения современной физиологии в профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта и преподавателя физической культуры;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами спортивной тренировки в избранном виде спорта с учетом анатомо-физиологических особенностей организма спортсмена.</li> </ul>
<b><i>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</i></b>	
ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные методы функциональных исследований физиологических процессов у человека;</li> <li>– величины функциональных показателей деятельности различных систем организма в покое и при физических нагрузках;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять основные показатели деятельности систем организма в покое и при мышечной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения показателей работы основных систем организма в покое и при физической работе.</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра биологии, географии и методик обучения, канд. биол. наук, старший преподаватель Дуденкова Н. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.04 Основы медицинских знаний**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у будущих бакалавров систематизированных знаний о здоровье и мотивации здорового образа жизни, профилактике заболеваний, правилах оказания первой медицинской помощи.

**Задачи дисциплины:**

- освоение студентами вопросов укрепления и сохранения здоровья через формирование здорового образа жизни, взаимоотношения человека и окружающей среды;
- знакомство студентов с основными этапами формирования здоровья;
- изучение социально-психологических и психолого-педагогических аспектов здорового образа жизни, факторов природной и социальной среды, влияющих на здоровье;
- формирование навыков участия в осуществлении первичной, вторичной и третичной профилактики заболеваний детей и подростков;
- приобретение навыков работы с учащимися, их родителями, населением в направлении сохранения и укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни;
- овладение средствами и методам оказания неотложной медицинской помощи при травмах и острых нарушениях процессов жизнедеятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.04 «Основы медицинских знаний» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.04 «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основные показатели здоровья:**

Понятие здоровья, здорового образа жизни. Методы исследования физического здоровья человека. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Школьные болезни. Понятие о здоровье и болезни. Основы профилактики инфекционных заболеваний.

**Модуль 2. Оказание первой медпомощи при неотложных состояниях:**

Основы иммунологии. Значение иммунитета для сохранения здоровья человека. Медицинский контроль за детьми разных возрастных групп. Оказание первой помощи при открытых и закрытых повреждениях. Первая помощь при неотложных сердечно-сосудистых состояниях. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы. Общие признаки инфекционных заболеваний и их классификация.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

**ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь**

ОПК-7.1	Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное	знать: – методы выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся; – верные алгоритмы действий для устранения нештатных
---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>ситуаций;  уметь:  – своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения;  владеть:  – методами выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся;  – алгоритмами действий для устранения нештатных ситуаций.</p>
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать:  – причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, оказывать первую доврачебную помощь;  уметь:  – анализировать причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, оказывать первую доврачебную помощь;  владеть:  – знаниями и методами профилактики спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия;  – методами первой доврачебной помощи.</p>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, канд. биол. наук, доцент Пожарова Г. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.03.05 Безопасность жизнедеятельности**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование профессиональной культуры безопасности: готовности и способности личности использовать в профессиональной деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности.

Задачи дисциплины:

– вооружение теоретическими знаниями обо всех потенциальных опасностях природного, техногенного и социального характера, закономерностях их проявления и способах защиты от них;

– формирование практических навыков защиты человека и среды обитания от негативных воздействий;

– воспитание ответственного и сознательного отношения к решению вопросов безопасности в опасных ситуациях.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;  
– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.05 «Безопасность жизнедеятельности» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.05 «Безопасность жизнедеятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности:**

Теоретические основы БЖ. Основы эргономики. Общая характеристика ЧС. Российская система предупреждения и ликвидации ЧС.

##### **Модуль 2. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях:**

ЧС природного характера. ЧС техногенного характера и защита от них. ЧС социального характера. Опасности в быту и жилищно-коммунальном хозяйстве. Повышение устойчивости функционирования объектов. Защита населения в ЧС.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</b>	
УК.8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	знать: – факторы риска в целях обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих; уметь: – воспитывать ответственное и сознательное отношение к решению вопросов безопасности; владеть: – навыками организации мероприятий по обеспечению личной безопасности и безопасности окружающих

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</b>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>знать:  – методы выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся,  – верные алгоритмы действий для устранения нештатных ситуаций;  уметь:  – своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения;  владеть:  – методами выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся;  – алгоритмами действий для устранения нештатных ситуаций.</p>
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь</p>	<p>знать:  – требования безопасности, санитарно-гигиенические правила и нормы профессиональной деятельности;  уметь:  – оказывать первую доврачебную помощь;  – проводить профилактику травматизма в процессе профессиональной деятельности;  владеть:  – практическими навыками оказания первой доврачебной помощи.</p>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, старший преподаватель Шестакова М. Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.06 Физическая культура и спорт**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - формирование у студентов готовности к поддержанию должного уровня физической подготовки, умений осуществлять осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни и навыков их использования для достижения жизненных и профессиональных целей.

Задачи дисциплины:

- изучить основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально-биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте;

- дать знания о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- научить применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях;

- обеспечить развитие у занимающихся познавательной активности, ценностных ориентаций и мотивации на ведение здорового образа жизни;

- научить планировать содержание и проводить лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей;

- научить отбирать, формировать и применять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;

- овладеть навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и участия в массовых спортивных соревнованиях.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности..

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.06 «Физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.06 «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике

К.М.05.ДВ.04.02 Организация работы спортивного судьи по биатлону

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов

К.М.05.25(Пд) Преддипломная практика

К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности

К.М.03.07 Элективные курсы по физической культуре и спорту

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.15 Массаж

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

ФТД.02 Особенности подготовки спортивного волонтера.

## 6. Содержание дисциплины

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

### **Модуль 1. Физическая культура в общекультурной профессиональной подготовке студентов:**

Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Физическая культура в структуре профессионального образования. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования. Профессиональная направленность физического воспитания. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта. Здоровый образ жизни и его составляющие. Физическое воспитание и самосовершенствование. Этапы преобразования знаний в убеждения. Факторы, определяющие готовность к самовоспитанию. Формирование потребности в самосовершенствовании. Педагогическое руководство физическим самовоспитанием. Динамика и средства работоспособности, ее оптимизация в учебном процесс.

### **Модуль 2. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном:**

Общая и специальная физическая подготовка, их цели и задачи. Спортивная подготовка. Средства спортивной подготовки. Интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты при физической нагрузке. Формы занятий физическими упражнениями. Структура и построение занятия по физической культуре. Коррекция общего физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта. Основы понятия «профессионально-прикладная физическая культура (ППФП)». Основные возможности различных видов спорта. Средства профессионально-прикладной физической подготовки. Обязательные средства ППФП. Вспомогательные средства ППФП. Организация ППФП студентов в высших учебных заведениях. Основные факторы, определяющие содержание ППФП. Дополнительные факторы, определяющие содержание ППФП.

### **6. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>		
УК-7.1. оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Понимает и значение	знать: – задачи физического воспитания; уметь: – определять направленность поставленных задач; владеть: – средствами, направленными на решение задач физического воспитания.
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: – понятия: уровень физической подготовленности и физического развития; уметь: – определять свой уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: – способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

**ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни**

<p>ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать: - особенности проектирования ситуаций и событий, формирующих осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности; уметь: - проектировать ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности;</p>
	<p>владеть: навыками проектирования ситуаций и событий, формирующих осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>
<p>ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.</p>	<p>знать: - особенности планирования содержания и проведения лекций и бесед с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей; уметь: - планировать содержание и проводить лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей; владеть: - навыками планирования содержания и проведения лекций и бесед с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.</p>
<p>ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>знать: - особенности развития у занимающихся познавательную активность; - особенности формирования ценностных ориентаций и мотивов на ведение здорового образа жизни; уметь: - развивать у занимающихся познавательную активность; - формировать ценностные ориентации и мотивы на ведение здорового образа жизни у занимающихся; владеть: - навыками развития у занимающихся познавательной активности; - навыками формирования ценностных ориентаций и мотивов на ведение здорового образа жизни у занимающихся.</p>

### **7. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **& Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, канд. пед. наук, доцент Акамов В. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.07 Элективные курсы по физической культуре и спорту**  
**(Легкая атлетика)**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – содействие формированию всесторонне развитой личности, способной к поддержанию должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, проведению занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

Задачи дисциплины:

- обеспечить понимание социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладеть практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развивать и совершенствовать психофизические способности, формировать профессионально значимые качества и свойства личности;
- овладеть инструментарием, обеспечивающим адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- овладеть методикой отбора, формирования и выполнения комплексов упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;
- научить осуществлять профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;
- овладеть технологиями двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.07 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» относится к вариативной части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.07 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика)» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы знаний по легкой атлетике:**

История развития легкой атлетики в России и мире. Развитие силы ловкости, быстроты и координации движений. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Обучение технике спортивной ходьбы

**Модуль 2. Техника бега на короткие и длинные дистанции:**

Обучение технике бега на короткие дистанции. Бег на длинные дистанции как вид легкой атлетики.

**Модуль 3. Техника толкания ядра:**

Обучение технике толкания ядра. Совершенствование техники спортивной ходьбы.

**Модуль 4. Техника метаний:**

Обучение технике метания гранаты и малого мяча. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.

**Модуль 5. Техника барьерного бега:**

Обучение технике барьерного бега. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Совершенствование техники толкания ядра.

**Модуль 6 Техника прыжка в длину с места:**

Обучение технике прыжка в длину с разбега. Совершенствование техники метания гранаты. Совершенствование техники барьерного бега.

**Модуль 7. Техника метания копья:**

Обучение технике метания копья. Закрепление техники барьерного бега.

**Модуль 8. Техника прыжка в длину с разбега:**

Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.

**Модуль 9 Техника прыжка в высоту с разбега:**

Меры безопасности при проведении спортивных занятий. Обучение технике прыжка в высоту с разбега. Совершенствование технике эстафетного бега.

**Модуль 10. Специальные беговые упражнения:**

Совершенствование техники метания копья. Совершенствование техники барьерного бега. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения

**Модуль 11. Специальные прыжковые упражнения:**

Совершенствование техники барьерного бега. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения.

**Модуль 12. Кроссовая подготовка:**

Совершенствование техники кроссового бега. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения.

**Модуль 13. Специальная физическая и техническая подготовка:**

Совершенствование специальной физической и технической подготовки в беговых видах легкой атлетики. Совершенствование специальной физической и технической подготовки в легкоатлетических прыжках.

**Модуль 14. Спортивные соревнования:**

Подготовка к соревнованиям по легкой атлетике. Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения.

**Модуль 15. Общая физическая подготовка:**

Развитие основных физических качеств. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Игры малой, средней и большой подвижности с элементами легкой атлетики.

**Модуль 16. Кроссовая подготовка:**

Совершенствование техники кроссового бега. Выполнение тестов общей физической подготовленности для мониторинга уровня физической подготовленности студентов.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014):

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</b>	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	знать: – оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; – влияние питания на организм спортсменов; уметь: – организовывать физкультурно-спортивную деятельность; владеть: – методиками организации физкультурно-спортивной деятельности.

<p>УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p>	<p>знать: – основные характеристики физического развития и физической подготовленности личности;</p> <p>уметь: – определять собственный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p>владеть: – способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p>
<p>УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p>знать: – характеристику и методы определения функциональных и двигательных возможностей спортсмена;</p> <p>уметь: – отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</p> <p>владеть: – навыками определения эффективности используемых комплексов физических упражнений.</p>
<p>УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>	<p>знать: – особенности разработки комплексов избранных физических упражнений с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности;</p> <p>уметь: – применять комплексы избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p> <p>владеть: – навыками разработки комплексов избранных физических упражнений в соответствии с особенностями вида спорта.</p>

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с видами деятельности:

**ОПК-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>ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</p>	<p>знать: – ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</p> <p>– основные положения обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся;</p> <p>уметь: – осуществлять профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</p> <p>– осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей;</p> <p>владеть: – опытом осуществления профессиональной физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом самостоятельного осуществления обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся.</li> </ul>
<p>ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– терминологию избранного вида спорта;</li> <li>– средства, методы и приемы избранного вида физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять план-конспекты занятий избранного вида спорта;</li> <li>– формулировать конкретные задачи в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;</li> <li>– проводить учебные и тренировочные занятия по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– специальной терминологией избранного вида спорта;</li> <li>– опытом составления план-конспектов занятий по избранному виду спорта;</li> <li>– опытом проведения учебных и тренировочных занятий по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>
<p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы техники избранного вида спорта, а также требования к ее рациональным вариантам;</li> <li>– основные этапы, принципы, средства и методы обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– средства и методы развития физических качеств с использованием избранного вида спорта;</li> <li>– методы контроля и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать и применять средства и методы обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– подбирать и применять средства и методы развития физических качеств с использованием избранного вида спорта;</li> <li>– анализировать эффективность техники двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;</li> <li>– оценивать уровень развития физических качеств с использованием базовых видов спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средствами и методами обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– средствами и методами развития физических качеств в процессе занятий по избранному виду спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>– методами оценивания эффективности техники двигательных действий, тактики двигательной деятельности, уровень физической подготовленности занимающихся, определять причины ошибок, находить и корректно</li> </ul>

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 ч.

**9. Разработчики**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, доцент Бакулин С. В., старший преподаватель Паршина Н. А., старший преподаватель Иванова Е. Н., канд. пед. наук, доцент Четайкина О. В.

## *Аннотация рабочей программы дисциплины*

### *К.М.03.07 Элективные курсы по физической культуре и спорту (Спортивные игры)*

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – содействие формированию всесторонне развитой личности в процессе физического совершенствования, пропаганде здорового образа жизни, способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- обеспечить понимание социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладеть практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развивать и совершенствовать психофизические способности, формировать профессионально значимые качества и свойства личности;
- овладеть инструментарием, обеспечивающим адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- овладеть методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.07 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Спортивные игры)» относится к вариативной части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.03.07 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Спортивные игры)» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.06 Физическая культура и спорт

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания:**

Характеристика волейбола как игрового вида спорта. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Развитие силы ловкости, быстроты и координации движений. Специальные и прыжковые упражнения волейболистов. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

##### **Модуль 2. Техника игры в волейбол:**

Основы методики обучения технике игры в волейбол. Обучение технике игры в волейбол. Обучение техническим приемам в волейболе. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

##### **Модуль 3. Баскетбол как вид спорта и средство физического воспитания:**

Характеристика баскетбола как игрового вида спорта. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Развитие силы ловкости, быстроты и координации движений. Специальные и прыжковые упражнения баскетболистов. Мониторинг физической подготовленности (баскетбол).

##### **Модуль 4. Техника игры в баскетбол:**

Основы методики обучения технике игры в баскетбол. Обучение технике игры в

баскетбол. Обучения техническим приемам в баскетболе. Мониторинг физической подготовленности (баскетбол).

**Модуль 5. Тактика игры в волейбол:**

Тактика нападения (индивидуальные действия). Тактика нападения (групповые взаимодействия). Тактика защиты (индивидуальные действия). Тактика защиты (групповые взаимодействия). Развитие основных физических качеств. Специальные и прыжковые упражнения волейболиста. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 6. Тактика игры в баскетбол:**

Тактика нападения (индивидуальные действия). Тактика нападения (групповые взаимодействия). Тактика защиты (индивидуальные действия). Тактика защиты (групповые взаимодействия). Развитие основных физических качеств. Специальные и прыжковые упражнения волейболиста. Мониторинг физической подготовленности (баскетбол).

**Модуль 7. Совершенствование тактических действий в волейболе:**

Совершенствование тактических действий в защите. Совершенствование тактических действий в нападении. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 8. Совершенствование тактических действий в баскетболе:**

Совершенствование тактических действий в защите. Совершенствование тактических действий в нападении.

**Модуль 9: Обучение технике и тактике в волейболе:**

Техника подачи, приема и передачи мяча. Техничко-тактические действия игроков. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 10. Специальная физическая подготовка в волейболе:**

Развитие основных физических качеств. Прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств методом круговой тренировки. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 11. Обучение технике и тактике в баскетбол:**

Техника ведения, приема и передачи мяча. Техничко-тактические действия игроков. Мониторинг физической подготовленности (баскетбол).

**Модуль 12. Специальная физическая подготовка в баскетболе:**

Развитие основных физических качеств. Прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств методом круговой тренировки. Мониторинг физической подготовленности (баскетбол).

**Модуль 13. Совершенствование техники игры в волейбол:**

Развитие основных физических качеств. Прыжковые упражнения. Развитие основных физических качеств в волейболе. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 14. Совершенствование техники игры в баскетбол:**

Развитие основных физических качеств. Прыжковые упражнения. Развитие основных физических качеств в баскетболе. Мониторинг физической подготовленности (волейбол).

**Модуль 15. Правила игры и судейство соревнований по баскетболу:**

Правила игры в баскетбол. Судейство соревнований по баскетболу.

**Модуль 16. Правила игры и судейство соревнований по баскетболу:**

Правила игры в баскетбол. Судейство соревнований по баскетболу.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014):

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</b>	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы	знать: – оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; – влияние питания на организм спортсменов; уметь: – организовывать физкультурно-спортивную деятельность;

организации физкультурно-спортивной деятельности.	владеть: – методиками организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: – основные характеристики физического развития и физической подготовленности личности; уметь: – определять собственный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: – способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	знать: – характеристику и методы определения функциональных и двигательных возможностей спортсмена; уметь: – отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; владеть: – навыками определения эффективности используемых комплексов физических упражнений.
УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	знать: – особенности разработки комплексов избранных физических упражнений с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности; уметь: – применять комплексы избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. владеть: – навыками разработки комплексов избранных физических упражнений в соответствии с особенностями вида спорта.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с видами деятельности:

**ОПК-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**

ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.	знать: – ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования; – основные положения обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся; уметь: – осуществлять профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования; – осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей;</p> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом осуществления профессиональной физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</li> <li>– опытом самостоятельного осуществления обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся.</li> </ul>
<p>ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– терминологию избранного вида спорта;</li> <li>– средства, методы и приемы избранного вида физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять план-конспекты занятий избранного вида спорта;</li> <li>– формулировать конкретные задачи в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;</li> <li>– проводить учебные и тренировочные занятия по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– специальной терминологией избранного вида спорта;</li> <li>– опытом составления план-конспектов занятий по избранному виду спорта;</li> <li>– опытом проведения учебных и тренировочных занятий по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>
<p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы техники избранного вида спорта, а также требования к ее рациональным вариантам;</li> <li>– основные этапы, принципы, средства и методы обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– средства и методы развития физических качеств с использованием избранного вида спорта;</li> <li>– методы контроля и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать и применять средства и методы обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– подбирать и применять средства и методы развития физических качеств с использованием избранного вида спорта;</li> <li>– анализировать эффективность техники двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;</li> <li>– оценивать уровень развития физических качеств с использованием базовых видов спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средствами и методами обучения двигательным действиям избранного вида спорта;</li> <li>– средствами и методами развития физических качеств в процессе занятий по избранному виду спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной</li> </ul>

	деятельности; – методами оценивания эффективности техники двигательных действий, тактики двигательной деятельности, уровень физической подготовленности занимающихся, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их.
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 ч.

#### ***9. Разработчики***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, доцент Бакулин С. В., старший преподаватель Паршина Н. А., старший преподаватель Иванова Е. Н., канд. пед. наук, доцент Четайкина О. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.01 Психология**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование компетентности бакалавров посредством повышения их психолого-педагогической культуры, образованности в вопросах научной психологии, осмысления объективной психолого-педагогической реальности.

Задачи дисциплины:

– способствовать формированию, интеграции и систематизации психологических знаний бакалавров;

– способствовать формированию профессионального мышления будущих педагогов, опыта творческого использования знаний по общей, возрастной, педагогической и социальной психологии в практике современной образовательной системы;

– способствовать развитию у студентов психологической готовности к решению прикладных задач профессиональной деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.01 «Психология» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.04.01 «Психология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов

К.М.04.05 Психология физической культуры и спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая психология:**

Психология как наука. Методология и методы психологического исследования. Проблема личности в психологии. Потребностно-мотивационная сфера личности. Эмоционально-волевая сфера личности. Индивидуально-типологические свойства личности. Индивидуально-типологические свойства личности. Человек как субъект внутреннего мира. Сенсорно-перцептивные процессы. Характеристика познавательных процессов: внимание, память, мышление и речь, воображение.

**Модуль 2. Возрастная психология:**

Культурно-историческая концепция возрастного психического развития. Психические особенности детей от рождения до кризиса трех лет. Особенности психического развития детей дошкольного возраста. Особенности психического развития детей младшего школьного возраста. Особенности психического развития в подростковом возрасте. Особенности психического развития в раннем юношеском возрасте.

**Модуль 3. Социальная психология:**

Психологические особенности общения, его коммуникативного и перцептивного аспектов. Общение как взаимодействие. Группа как социально-психологический феномен. Социальная психология малой группы. Социализация личности. Социально-психологический конфликт.

**Модуль 4. Педагогическая психология:**

Психология обучения и научения. Психология учебной деятельности. Психологические основы концепций обучения. Психологические основы воспитания. Психология педагогической деятельности и педагога.

**Модуль 5. Экзамен:**

Психология как наука, индивидуально психологические особенности личности. Возрастные особенности развития личности и познавательных процессов. Межличностные отношения в малых группах, социализация личности. Психологические основы обучения,

воспитания, педагогической деятельности.

## **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

### **УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах**

УК-5.4 Конструктивно взаимодействует с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.	знать: – правила эффективного социального взаимодействия; – закономерности общения; уметь: – брать на себя ответственность за достижение коллективных целей; – устанавливать контакты с детьми различных возрастных категорий; владеть: – методами влияния и управления командой; – техниками социального взаимодействия.
УК-5.5 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера.	знать: – психологию личности, механизмы и факторы ее развития; – методы самодиагностики развития личности; – содержательные характеристики самосознания личности; уметь: – строить воспитательную деятельность с учетом личностных особенностей детей; – ставить различные виды учебных задач и организовывать их решение в соответствии с уровнем личностного развития детей; владеть: – стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик обучающихся; – психолого-педагогическими технологиями необходимыми для адресной работы с различными контингентами.

### **ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста**

ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	знать: – законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; – значение каждого возрастного этапа для развития психических и личностных достижений; – психолого-педагогические закономерности организации образовательного процесса; уметь: – планировать и корректировать образовательные задачи (совместно с психологом и другими специалистами) по результатам мониторинга с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка; – разрабатывать и реализовывать индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; владеть: – стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	обучающихся.
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– закономерности развития детско-взрослых сообществ социально-психологические особенности и закономерности развития детских и подростковых сообществ;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать и корректировать образовательные задачи (совместно с психологом и другими специалистами) по результатам мониторинга с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психолого-педагогическими технологиями (в том числе инклюзивным) необходимыми для адресной работы с различными контингентами.</li> </ul>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

#### **9. Разработчик:**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра психологии, канд. филос. наук, доцент Царева Е. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.02 Педагогика**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – подготовка бакалавра к профессиональной деятельности, формирование системы основных понятий и овладение научной педагогической терминологией, пробуждение интереса к проблемам образования, побуждение студентов к творческой самостоятельной педагогической деятельности.

Задачи дисциплины:

- осознание закономерностей образовательного процесса, функций обучения и воспитания;
- освоение студентами основ теории обучения, теории и методики воспитания, социальной педагогики;
- формирование умений применять методы и приемы обучения и воспитания для организации совместной и индивидуальной деятельности детей;
- формирование умений сопоставительного анализа современных обучающих и воспитывающих технологий, их оптимального использования;
- формирование умений использовать в профессиональной деятельности знание индивидуальных особенностей учащихся и воспитанников;
- развитие умений описывать и объяснять педагогические явления, оценивать различные варианты решения профессиональных педагогических задач;
- развитие способности к профессиональной саморефлексии и самовоспитанию.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.02 «Педагогика» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.04.02 «Педагогика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.25(П) Производственная (педагогическая) практика

К.М.04.04 Педагогика физической культуры и спорта

К.М.01.05 Профессиональная этика

К.М.05.21 Научно-методическая деятельность

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теоретико-методологические основы педагогики:**

Педагогика как наука и учебная дисциплина. Развитие личности как педагогическая проблема. Современная система образования и тенденции ее развития. Методология и методы педагогических исследований.

**Модуль 2. Теория педагогического процесса и педагогической деятельности:**

Общие основы организации целостного педагогического процесса. Педагогическая деятельность и ее структура. Общение и взаимодействие как основа педагогической деятельности. Нормативно-правовые основы образования. Система непрерывного образования.

**Модуль 3. Теория обучения и воспитания:**

Теоретические основы обучения. Воспитание в учебной и внеучебной деятельности. Система методов, приемов, средств воспитания. Коллектив и личность в воспитательном процессе. Педагогические технологии учебного процесса.

**Модуль 4. Социальная педагогика:**

Социализация как социально-педагогическое явление. Социальная среда как средство воспитания. Социальные институты и социально-педагогический процесс развития личности. Семья как субъект педагогического взаимодействия и социокультурная среда воспитания и развития личности.

**Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Образовательные результаты</b>
<b>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>	
УК-6.1 Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.	знать: – педагогические особенности личности, механизмы и факторы ее развития.
УК-6.2 Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.	знать: – методы самодиагностики развития личности; – техники эффективного планирования.
УК-6.3 Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.	владеть: – методами самодиагностики развития личности; – методами и приемами проектной деятельности и управления временем; – методами организации учебно-профессиональной и досуговой деятельности.
УК-6.4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.	уметь: – действовать критично, выполнять анализ проделанной работы для достижения поставленной цели; – планировать свою деятельность (составлять общий план предстоящей деятельности, определять последовательность действий, организовывать рабочее место и временную организацию деятельности); – прогнозировать результат деятельности.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>	
ОПК-5.1 Проектирует и реализует воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств.	знать: – педагогические принципы организации воспитания у обучающихся социально-значимых личностных качеств; уметь: – проектировать и реализовывать воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств; владеть: – навыками проектирования содержания воспитательных программ, направленных на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств.
ОПК-5.2 Проектирует ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения.	знать: – принципы проектирования и особенности использования педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и

	<p>возрастных особенностей обучающихся;</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять выбор педагогически обоснованных содержания, методов, приемов организации ситуаций и событий, способствующих профилактике негативного социального поведения;</li> <li>– проектировать ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами творческого решения профессиональных задач.</li> </ul>
<p>ОПК-5.3 Регулирует поведение занимающихся для обеспечения безопасной физкультурно-образовательной среды.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– характеристики педагогических технологий, позволяющих проводить работу по воспитанию у обучающихся социально-значимых личностных качеств, профилактике негативного социального поведения;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами регулирования поведения занимающихся для обеспечения безопасной физкультурно-образовательной среды.</li> </ul>

### ***7. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

### ***& Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра педагогики, канд. пед. наук, доцент Буянова И. Б., канд. пед. наук, доцент Горшенина С. Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.03 Обучение лиц с ОВЗ**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – вооружение бакалавров знаниями теоретических основ дефектологии, научно-методических основ обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья, подготовка к профессиональной деятельности в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования инклюзивного образования.

Задачи дисциплины:

- формировать способность организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;
- формировать способность осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении;
- формировать способность использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- формировать способность взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ;
- формировать способность организовывать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.03 «Обучение лиц с ОВЗ» относится к базовой части учебного плана. Освоение дисциплины К.М.04.03 «Обучение лиц с ОВЗ» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.25(П)Производственная (педагогическая) практика

К.М.05.24(Пд) Преддипломная практика

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теоретико-методологические основы инклюзивного образования:**

Дефектология как интегрированная отрасль знания лицах с ОВЗ. Особенности развития, образования и социализации лиц с ОВЗ. Исторический аспект развития систем образования лиц с ОВЗ (от неприятия до инклюзивного) и его современное состояние в РФ и за рубежом.

**Модуль 2. Дидактические основы образования лиц с ОВЗ :**

Интегрированное и инклюзивное образование лиц с ОВЗ. Дидактические основы образования лиц с ОВЗ. Создание специальных образовательных условий для лиц с ОВЗ в общеобразовательной организации.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие основы теории и методики физической культуры;</li> <li>– анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся;</li> <li>– основные средства и методы физического воспитания занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять психологические особенности занимающихся в процессе построения и проведения учебно-тренировочных занятий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами построения учебно-тренировочного процесса с учетом психологических особенностей занимающихся.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие основы теории и методики физической культуры;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять отбор и применять психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с целью физического воспитания занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основными средствами, методами и технологиями физического воспитания с учетом различного контингента обучающихся.</li> </ul>
<b>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>	
ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– механизм отбора и применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) с учетом различного контингента обучающихся.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять отбор и применять психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками осуществления и отбора и применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) с учетом различного контингента обучающихся.</li> </ul>
ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками применения специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и</li> </ul>

	деятельности обучающихся.
ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проектировать индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проектирования индивидуальных образовательных маршрутов в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.</li> </ul>

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра специальной педагогики и медицинских основ дефектологии, канд. пед. наук, доцент Михейкина Т. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.04 Педагогика физической культуры и спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – создание целостного представления о сущности, специфике, закономерностях педагогики в области физической культуры и спорта, многообразии педагогических концепций, включение студентов в активный процесс педагогического поиска.

Задачи дисциплины:

- добиться понимания современных тенденций развития педагогических теорий воспитания и обучения;
- определить оптимальные педагогические технологии, способствующие формированию личности обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом ;
- научить анализировать ценности и эффективность воспитательных мероприятий по развитию личности;
- вызвать стремление к овладению профессионально педагогической деятельностью и воспитанию профессионально значимых качеств личности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.04 «Педагогика физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.04.04 «Педагогика физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.25(П) Производственная (педагогическая) практика

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общие основы педагогики физической культуры и спорта:**

Педагогика ФКиС. Сущность педагогической деятельности Роль физической культуры в развитии личности Педагогический процесс: структура и принципы его организации Формы, средства и методы организации педагогического процесса Управление педагогическим процессом

**Модуль 2. Управление педагогическим процессом в сфере физической культуры и спорта:**

Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта Воспитание как целенаправленная социализация личности Формирование и развитие детского спортивного коллектива: принципы, этапы и условия его развития

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</b>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-10.1 Свободно общается с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта, грамотно освещает проблемы профессиональной деятельности, выбирает и реализовывает тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам.</p>	<p>знать: – средства и методы взаимодействия;</p> <p>уметь: – использовать средства и методы социального взаимодействия;</p> <p>владеть: – способами социального взаимодействия.</p>
<p>ОПК-10.2 Устанавливает конструктивные взаимоотношения и организует взаимодействие между участниками образовательного процесса, создает благоприятный микроклимат в коллективе.</p>	<p>знать: – закономерности социального взаимодействия;</p> <p>уметь: – находить пути решения конфликтных ситуаций;</p> <p>владеть: – способами социального взаимодействия с другими участниками образовательного процесса.</p>
<p><b><i>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</i></b></p>	
<p>ОПК-14.1 Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>знать: – основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов;</p> <p>уметь: – контролировать и планировать документы образовательного процесса;</p> <p>владеть: – знаниями основных документов планирования и контроля образовательного процесса.</p>
<p>ОПК-14.2 Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>знать: – виды организации учебно-методической работы педагога в области физической культуры и спорта;</p> <p>уметь: – анализировать свою учебно-методическую деятельность и находить пути решения проблем своей деятельности;</p> <p>владеть: – специальными технологиями и методами планирования методической деятельности педагога ФК.</p>
<p><b><i>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</i></b></p>	
<p>ОПК-5.1 Проектирует и реализует воспитательные программы, направленные на воспитание у обучающихся социально-значимых личностных качеств.</p>	<p>знать: – особенности системного и критического мышления и демонстрировать готовность к нему;</p> <p>уметь: – анализировать источники информации с точки зрения временных и пространственных условий их возникновения;</p> <p>владеть: – приемами сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений.</p>

<p>ОПК-5.2 Проектирует ситуации и события, способствующие профилактике негативного социального поведения.</p>	<p>знать: –логические формы и процедуры; уметь: –анализировать ранее сложившиеся в науке оценки информации; –демонстрировать способность к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности; владеть: –навыками определения практических последствий предложенного решения задачи.</p>
<p>ОПК-5.3 Регулирует поведение занимающихся для обеспечения безопасной физкультурно-образовательной среды.</p>	<p>знать: –логические формы и процедуры; уметь: –аргументировано формировать собственное суждение и оценку информации; –демонстрировать способность к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности; владеть: – навыками определения практических последствий предложенного решения задачи.</p>
<p><b><i>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></b></p>	
<p>ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать: –закономерности физиологического и психического развития ребенка и особенности их проявления в образовательном процессе в разные возрастные периоды; уметь: –эффективно взаимодействовать с различным контингентом обучающихся; владеть: –приемами и методами психолого-педагогической диагностики, направленной на работу с обучающимися с особыми образовательными потребностями.</p>
<p>ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.</p>	<p>знать: –методы психолого-педагогической диагностики особенностей развития обучающихся в образовательном процессе; уметь: –проектировать индивидуальные образовательные маршруты в соответствии особыми образовательными потребностями обучающихся; владеть: –приемами и методами психолого-педагогической диагностики, направленной на работу с обучающимися с особыми образовательными потребностями.</p>

<p>ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>знать: – основные направления и способы проектирования индивидуальных образовательных маршрутов;</p> <p>уметь: – применять психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные), необходимые для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты;</p> <p>владеть: – педагогическими технологиями, направленными на разностороннее развитие личности каждого обучающегося.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, старший преподаватель Тарасова С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.05 Психология физической культуры и спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование знаний психологических основ физической культуры и спорта для подготовки всесторонне развитой личности, способной к планированию содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки, осуществлению контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, использованию психологических знаний для психологической поддержки личности в процессе занятий физической культурой и спортом.

Задачи дисциплины:

- освоить психологические основы обучения и воспитания человека, с учетом развития его физических качеств, совершенствования двигательных способностей, упрочения и сохранения физического и психического здоровья;
- выработать умения применять психологические знания на практике (умения наблюдать и анализировать собственное поведение и поведение других людей, умение управлять собственным поведением и поведением других людей в условиях спортивной деятельности, умения планировать содержание занятий с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, умения осуществлять оценку психического состояния занимающихся);
- формировать навыки реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.05 «Психология физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.04.05 «Психология физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов

К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Психологические особенности в деятельности педагога по физической культуре и спорту:**

Введение в психологию физической культуры. Психологические основы развития двигательных навыков. Психология школьника как субъекта учебной деятельности. Психологические особенности деятельности педагога по физической культуре.

##### **Модуль 2. Вопросы психологии в физической культуре и спорте:**

Психологические основы обучения и воспитания на уроках физической культуры. Психологические особенности и проблемы оздоровительной физической культуры. Общие вопросы психологии спорта.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций. Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– сущность процесса обучения и спортивного совершенствования;</li> <li>– психологические особенности тактической, технической и психологической подготовки спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять приемы регулирования предстартовых состояний;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками регулирования предстартовых состояний.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержание психологической подготовки спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– настраивать спортсмена перед соревнованиями;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами регулирования предстартовых состояний.</li> </ul>
<b><i>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</i></b>	
ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологические компоненты структуры личности спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять способы формирования личности спортсмена;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами формирования личности спортсмена.</li> </ul>
ОПК-9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологические особенности личности тренера;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– управлять действиями спортсменов в соревновательных условиях;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками регулирования внутригрупповых процессов в спортивной команде.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b><i>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</i></b>	
ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– классификацию психических состояний;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять психологические приемы в работе с людьми;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологическими приемами в работе со спортсменами.</li> </ul>

<p>ПК-2.2</p> <p>индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</p>	<p>Определяет возможности</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные психические состояния, которые проявляются в спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предупреждать неблагоприятные психические состояния спортсменов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами предотвращения проявления спортивной тревожности.</li> </ul>
<p>ПК-2.3</p> <p>Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>Владеет опытом</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержание психологической подготовки спортсмена;</li> <li>– основные соревновательные состояния спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять методику «Соревновательная личностная тревожность»;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методикой «Соревновательная личностная тревожность».</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шиндина И. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.01 Теория спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – овладение студентами теоретическими знаниями и умениями, необходимых для проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта.

Задачи дисциплины:

- овладеть теоретическими знаниями проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
- изучить правила организации и судейства соревнований по избранному виду спорта;
- обучить будущих тренеров осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.
- обучить будущих тренеров осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся.
- обучить будущих тренеров проектировать и реализовывать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта.
- обучить будущих тренеров учитывать и реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.01 «Теория спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.01 «Теория спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике

К.М.05.05 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теория спорта и общие закономерности подготовки спортсменов:**

Спорт в современных экономических отношениях. Многообразие спорта. Тренировка как планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей. Общая характеристика закономерностей методики спортивной тренировки. Физическая подготовка. Гибкость как физическое качество спортсмена и теоретико-методические основы воспитания координационных способностей. Выносливость и основы методики ее воспитания. Стороны спортивной подготовки спортсмена. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Круглогодичная тренировка и ее периодизация.

**Модуль 2. Система подготовительной и соревновательной деятельности в спорте:**

Построение процесса спортивной тренировки. Технология планирования в спорте. Планирование спортивной тренировки как система управления. Педагогический контроль и учет в процессе тренировки. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Система соревновательной деятельности. Соревнования и непосредственная подготовка к ним. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

***ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта***

ОПК-13.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований.	знать: – правила организации и проведения соревнований по избранному виду спорта различного уровня; уметь: – организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществлять объективное судейство соревнований; владеть: – правилами организации и проведения соревнований по избранному виду спорта различного уровня.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ОПК-13.2 Разрешает спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение соревнований по избранному виду спорта	знать: – правила разрешения спортивных споров при проведении соревнований по избранному виду спорта; уметь: – разрешать спортивные споры при проведении соревнований; владеть: – способами разрешения спортивных споров при проведении соревнований по избранному виду спорта.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса***

ОПК-14.1 Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.	знать: – основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов; уметь: – использовать основные виды документов планирования, методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов; владеть: – навыками по использованию основных видов документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ОПК-14.2 Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.	знать: – правила осуществления планирования, методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов; уметь: – планировать методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов; владеть: – навыками планирования, методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-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***

ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных	знать: – методы и способы анализа эффективности технологий двигательного и когнитивного обучения; уметь: – анализировать эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки, – организовывать и осуществлять контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся;
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

достижений обучающихся.	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правилами организации и осуществления контроля и оценки физкультурно-спортивных достижений обучающихся, методами и способами анализа эффективности технологий двигательного и когнитивного обучения</li> </ul>
-------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.***

***тренерская деятельность***

ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила осуществления процесса спортивной тренировки, контроля его эффективности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности и формирование личности спортсмена средствами физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правилами осуществления процесса спортивной тренировки, контроля его эффективности.</li> </ul>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.***

***тренерская деятельность***

ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила проектирования общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проектировать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правилами обеспечения учебно-методическим сопровождением реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.***

***тренерская деятельность***

ПК-5.1 Знает технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– объяснять и использовать классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– классификацией, теоретическими обоснованиями структуры личности, акцентуации характера, индивидуальными стилями соревновательной деятельности в избранном виде спорта.</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ПК-5.3 Владеет опытом совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; навыками выполнения техники движений, технико-тактических действий, средств выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.	знать: – правила построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов; уметь: – строить тренировочный процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов; владеть: – правилами построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 з.е., 180 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов системы научно-практических знаний технологий планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки, умений осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий гимнастикой, проводить тренировочные занятия, физкультурно-спортивные мероприятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях по гимнастике, обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь и навыков подготовки спортсменов для результативного обеспечения профессиональной деятельности в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с теоретико-методическими основами спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки в гимнастике;
- научить использовать антропометрические, физические и психические особенности спортсменов при осуществлении отбора и спортивной ориентации в гимнастике, анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;
- определить особенности планирования содержания тренировочного процесса на основе ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования, требований федерального стандарта спортивной подготовки, программ спортивной подготовки по виду спорта;
- сформировать умения разрабатывать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие физических качеств, упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности;
- научить разрабатывать планы тренировочных занятий; осуществлять планирование, учет, анализ, контроль, оценку и обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;
- раскрыть теоретические основы техники выполнения и методические особенности обучения гимнастическим упражнениям;
- ознакомить с правилами соревнований, обязанностями организаторов и судей соревнований; основными требованиями к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований;
- раскрыть особенности организации безопасного пространства для занимающихся, применения верных алгоритмов действий для устранения или снижения опасности, приемов оказания первой доврачебной помощи;
- раскрыть, методику организации участия спортсменов в соревнованиях и проведения соревнований по гимнастике.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.02 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.02 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.03.06 Физическая культура и спорт
- К.М.05.01 Теория спорта
- К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта
- К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания:**

Гимнастика в отечественной системе физического воспитания. Терминология гимнастики. Основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям.

**Модуль 2. Техника выполнения и методика обучения гимнастическим упражнениям:**

Виды подготовки в гимнастике. Основы спортивной тренировки юных гимнастов. Организация и проведение соревнований по гимнастике. Планирование и учет в спортивных школах учебно-тренировочных занятий.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анатомио-физиологические и психологические особенности занимающихся;</li> <li>– критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки по гимнастике;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами оценки физического развития и функционального состояния занимающихся.</li> </ul>
<b>ОПК-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</b>	
ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами осуществления профессиональной физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</li> </ul>
ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методические приемы обучения гимнастическим упражнениям;</li> <li>– методики обучения, контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать учебные и тренировочные занятия по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации) и индивидуальных особенностей занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основами проведения мероприятий активного отдыха гимнастической направленности в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>

<p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>	<p>знать: – методики обучения, контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся;</p> <p>уметь: – организовывать учебные и тренировочные занятия по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации) и индивидуальных особенностей занимающихся;</p> <p>владеть: – приемами осуществления контроля и оценки физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>
<p><b><i>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</i></b></p>	
<p>ОПК-4.1 Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</p>	<p>знать: – средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки гимнастов;</p> <p>уметь: – объяснить и обучить технике гимнастических упражнений; – пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами, оценивать качество исполнения гимнастических упражнений и определять ошибки в технике;</p> <p>владеть: – техникой показа простейших гимнастических упражнений.</p>
<p>ОПК-4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.</p>	<p>знать: – методики обучения технике гимнастических упражнений;</p> <p>уметь: – организовывать деятельность занимающихся в процессе тренировочных занятий;</p> <p>владеть: – эффективными методиками проведения тренировок.</p>
<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.</p>	<p>знать: – правила соревнований и основы методики судейства соревнований по гимнастике;</p> <p>уметь: – использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся;</p> <p>владеть: – основами организации участия спортсменов в соревнованиях по гимнастике.</p>
<p><b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b></p>	

<p>ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– алгоритмы действий для устранения или снижения опасности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся;</li> <li>– оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами проведения бесед и инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом.</li> </ul>
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– нормативную документацию, основные разделы гигиенической науки, санитарно-гигиенические требования к проведению занятий;</li> <li>– факторы и причины, этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>– противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечивать технику безопасности на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях с учётом гигиенических норм;</li> <li>– оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>– оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основами оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>– методами проведения бесед и инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки***

***тренерская деятельность***

<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять планирование и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать: – документы учета результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</p> <p>уметь: – разрабатывать планы тренировочных занятий; – проводить систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки;</p> <p>– выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;</p> <p>владеть: – приемами организации и проведения систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки.</p>
<p>ПК-1.3 Владеет навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта; опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.</p>	<p>знать: – требования федерального стандарта спортивной подготовки; – программы спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная гимнастика»;</p> <p>уметь: – планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки; – оценивать результативность тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</p> <p>владеть: – методами планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки; – научно-обоснованными приемами определения перспективности занимающихся.</p>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Паршина Н. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.03 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов системы профессионально-педагогических знаний об общих закономерностях многолетней подготовки спортсмена в конкретных видах легкой атлетики.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с теоретико-методическими основами спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки в легкой атлетике;
- научить использовать антропометрические, физические и психические особенности спортсменов при осуществлении отбора и спортивной ориентации в легкой атлетике, анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;
- определить особенности планирования содержания тренировочного процесса на основе ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования, требований федерального стандарта спортивной подготовки, программ спортивной подготовки по виду спорта;
- сформировать умения разрабатывать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие физических качеств, упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности;
- научить разрабатывать планы тренировочных занятий; осуществлять планирование, учет, анализ, контроль, оценку и обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;
- раскрыть теоретические основы техники выполнения и методику обучения обучения легкоатлетическим упражнениям;
- ознакомить с правилами соревнований, обязанностями организаторов и судей соревнований; основными требованиями к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований;
- раскрыть особенности организации безопасного пространства для занимающихся, применения верных алгоритмов действий для устранения или снижения опасности, приемов оказания первой доврачебной помощи;
- раскрыть, методику организации участия спортсменов в соревнованиях и проведения соревнований по легкой атлетике.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.03 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.03 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике
- К.М.04.04 Педагогика физической культуры и спорта
- К.М.06.03 Практикум по проектированию тренировочных занятий
- К.М.05.01 Теория спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы знаний по легкой атлетике:**

Использование программы для углубленной работы по легкой атлетике в ДЮСШ.

Освоение более рациональных способов в длину с разбега («ножницы», «прогнувшись»),

в высоту с разбега («перекидной», «фосбери-флоп»).

Изучение техники метания копья, диска, толкания ядра. Воспитание физических морально-волевых качеств средствами легкой атлетики в школе.

Организация тренировочной работы по легкой атлетике. Содержание секционной работы по легкой атлетике в ДЮСШ. Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с использованием легкоатлетических упражнений.

### **Модуль 2. Технология организации и проведения соревнований по легкой атлетике:**

Характеристика мест занятий для бега, прыжков, метаний. Стандартный и нестандартный инвентарь, используемый на занятиях по бегу, прыжкам, метаниям. Технические средства, применяемые в учебном, тренировочном процессе.

Соревнования по легкой атлетике в системе спортивно-оздоровительных мероприятий. Содержание соревнований по легкой атлетике. Основные правила определения результатов в личном и командном первенстве. Организация соревнований в школе по бегу, прыжкам, метаниям. Составление программы, расписания соревнований. Подготовка судей, инвентаря, мест соревнований.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014):

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – содержание нормативно-правовых актов в сфере образования; уметь: – разрабатывать программы учебных предметов, дисциплин (модулей); – проектировать индивидуальные задания в соответствии с образовательными потребностями обучающихся; владеть: – навыками отбора педагогических технологий и информационно-коммуникационных.
<b>ОПК-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</b>	
ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	знать: – как управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления; уметь: – формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей здоровья; владеть: – методами и приемами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
<b>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</b>	

<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнований; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику выполнения общеразвивающих физических упражнений;</li> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к местам проведения занятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организатора и судьи соревнований.</li> </ul>
<p><b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b></p>	
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила техники безопасности при внешних и внутренних факторах угрозы;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оказания первой доврачебной помощи при спортивном травматизме.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<p><b><i>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</i></b></p>	
<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологию планирования, учёта и анализа результатов тренировочного процесса;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать план тренировочных занятий;</li> <li>– проводить анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками и опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шиндина И. В., доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.04 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Единоборства**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую, тренерскую, преподавательскую, судейскую и другие виды работ в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

– сформировать навыки проведения занятий по единоборствам и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– освоить навыки проведения спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий единоборствами;

– раскрыть организационно-методические особенности структуры тренировочной и соревновательной деятельности, организацию участия спортсменов на соревнованиях в избранном виде спорта;

– конкретизировать содержание процесса управления спортивной тренировкой в избранном виде спорта;

– уточнить характеристику процесса управления, планирования, учета, анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;

– раскрыть правила соревнований, методику организации и проведения соревнований различного уровня, соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказания первой доврачебной помощи.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.04 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Единоборства» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.04 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Единоборства» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.08 Теория и методика избранного вида спорта

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Техничко-тактическая подготовка в спортивной борьбе:**

История спортивных единоборств. Правила греко-римской борьбы. Права и обязанности судей по спортивной борьбе.

**Модуль 2. Техничко-тактическая подготовка в спортивной борьбе:**

Классификация техники спортивной борьбы. Техника борьбы в стойке. Техника борьбы в высоком и низком партере.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------	--

ОПК-2.1 Знает
---------------

знать:
--------

<p>теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.</p>	<p>– содержание нормативно-правовых актов в сфере образования;  уметь:  – разрабатывать программы учебных предметов, дисциплин (модулей);  – проектировать индивидуальные задания в соответствии с образовательными потребностями обучающихся;  владеть:  – навыками отбора педагогических технологий и информационно-коммуникационных.</p>
<p><b><i>ОПК-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</i></b></p>	
<p>ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать:  – как управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления;  уметь:  – формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей здоровья;  владеть:  – методами и приемами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p>
<p><b><i>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</i></b></p>	
<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.</p>	<p>знать:  – методику выполнения общеразвивающих физических упражнений;  – современные и эффективные методы проведения тренировок;  – санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к местам проведения занятий;  уметь:  – разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;  владеть:  – навыками организатора и судьи соревнований.</p>
<p><b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b></p>	
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать:  – правила техники безопасности при внешних и внутренних факторах угрозы;  уметь:  – своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся;  владеть:  – навыками оказания первой доврачебной помощи при спортивном травматизме.</p>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.**

**тренерская деятельность**

ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.	знать: – технологию планирования, учёта и анализа результатов тренировочного процесса; уметь: – разрабатывать план тренировочных занятий; – проводить анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности; владеть: – навыками и опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Кокурин А. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.05 Теория и методика обучения базовым видам спорта:**  
**Спортивные игры**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной организационной, тренерско-педагогической, научной и воспитательной работы по спортивным играм в спортивных школах, школах-интернатах спортивного профиля, в колледжах, в высших учебных заведениях и других звеньях Российской системы физического воспитания.

Задачи дисциплины:

- освоить технику и тактику спортивных игр;
- сформировать навыки проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по спортивным играм с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
- овладеть навыками планирования и учета учебно-спортивной работы по спортивным играм в спортивных секциях и других формах занятий спортивными играми;
- сформировать навыки организации и проведения соревнований по спортивным играм, соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма в спортивных играх, оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть процессом спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий спортивными играми, а также методами контроля за состоянием здоровья занимающихся, оценки их физического развития и физической подготовленности;
- развить способность проводить тренировочные занятия различной направленности по спортивным играм и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта;
- овладеть методами воспитания физических качеств у спортсменов-игровиков;
- приобрести навыки работы с научной и методической литературой по спортивным играм;
- сформировать навыки анализа игровой практики ведущих спортивных клубов и использования передового опыта в своей профессиональной деятельности;
- подготовить студентов к выполнению нормативных требований по физической, технической и тактической подготовке.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.05 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.05 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Спортивные игры» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.26(П) Производственная (педагогическая) практика

К.М.05.25(Пд) Преддипломная практика

К.М.05.01 Теория спорта

К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая характеристика и содержание мини-футбола:**

Сущность и характеристика игры в мини-футбол. Организация, проведение соревнований и методика судейства. Мини-футбол как средство физического воспитания

населения.

**Модуль 2. Характеристика двигательной деятельности в мини-футболе:**

Содержание игровой деятельности. Техника игры в мини-футбол и методика обучения. Тактика игры в мини-футбол и методика обучения. Физическая подготовка. Основы многолетней спортивной подготовки.

**Модуль 3. Техника игры в баскетбол и методика обучения:**

Сущность и характеристика игры в баскетбол. Теоретические основы игры в баскетбол. Причины и профилактика травматизма при занятиях баскетболом. Правила игры и методика судейства.

**Модуль 4. Тактика игры в баскетбол и методика обучения:**

Особенности многолетней подготовки баскетболистов. Управление спортивной подготовкой баскетболистов. Организация и проведение соревнований по баскетболу.

**Модуль 5. Обучение технике и тактике в волейболе:**

Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания. Методика обучения технике игры в волейбол. Методика обучения тактике игры в нападении и защите. Физическая подготовка волейболистов.

**Модуль 6. Обучение игровой деятельности в волейболе:**

Управление спортивной подготовкой волейболистов. Спортивный отбор и ориентация в волейболе. Материально-техническое обеспечение соревнований и тренировки.

**Модуль 7. Теоретико-методические основы обучения игре в футбол:**

Краткая характеристика игры в футбол. Правила игры, методика судейства соревнований. Основы методики обучения и совершенствования техники игры.

**Модуль 8. Обучение игровой деятельности:**

Основы методики обучения и совершенствования тактике игры. Управление спортивной подготовкой футболистов.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – историю развития спортивных игр, роли и места спортивной подготовки в системе физического воспитания различных групп населения; – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора в спортивных играх; – критерии и параметры отбора, модельные характеристики спортсменов-игровиков; уметь: – применять полученные знания в области физического воспитания, спортивной тренировки при решении педагогических, учебно-воспитательных и научно-методических задач с учетом возрастных и индивидуально-типологических различий занимающихся; владеть: – методикой проведения контрольных мероприятий для проведения спортивного отбора в спортивных играх.
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	знать: – анатомио-физиологические, психолого-педагогические и возрастно-половые закономерности формирования двигательных навыков и развития физических качеств; – уметь: – планировать и проводить тренировочные занятия и другие формы занятий спортивными играми с учетом половозрастных, физиологических, возрастных особенностей; владеть: – методикой оценки физического развития и физической

		подготовленности спортсменов в игровых видах спорта.
<b>ОПК-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</b>		
ОПК-3.1	Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы техники и тактики спортивных игр;</li> <li>- методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий по спортивным играм с различными возрастными группами населения;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать технологию обучения спортивным играм, развития физических качеств в процессе занятий спортивными играми в различных типах образовательных учреждений;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологией обучения спортивным играм.</li> </ul>
ОПК-3.2	Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные средства и методы обучения спортивным играм;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корректировать учебно-тренировочный процесс и исправлять ошибки в технике у занимающихся спортивными играми;</li> <li>- определять причины ошибок в процессе обучения спортивным играм и развития двигательных качеств, находить пути их устранения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой подготовки спортсменов-игровиков.</li> </ul>
ОПК-3.3	Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обучения спортивным играм;</li> <li>- методические средства контроля спортивной подготовки занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять причины ошибок в процессе обучения технике спортивных игр и развития двигательных качеств, находить пути их устранения;</li> <li>- определять уровень достижений занимающихся спортивными играми;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой общей и специальной физической подготовки.</li> </ul>
<b>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</b>		

<p>ОПК-4.1 Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальную терминологию, правила и методику проведения общеразвивающих упражнений;</li> <li>- теорию и методику спортивной тренировки в спортивных играх;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- реализовывать знания и умения в самостоятельную организованную тренерскую работу по спортивным играм в различных типах учреждений;</li> <li>- применять средства и методы для формирования ЗОЖ на основе потребностей в регулярной физической активности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой проведения общеразвивающих упражнений.</li> </ul>
<p>ОПК-4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научные теоретические и практические разработки в области спортивной тренировки по спортивным играм;</li> <li>- основы планирования занятий по спортивным играм;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу по спортивным играм с различными возрастными группами населения;</li> <li>- разрабатывать эффективные методики обучения и тренировки по спортивным играм;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой обучения технике и тактике спортивных игр;</li> <li>- методикой планирования учебно-спортивной деятельности в игровых видах спорта.</li> </ul>
<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила соревнований по спортивным играм и методику судейства;</li> <li>- санитарно-гигиенические условия проведения соревнований по спортивным играм;</li> <li>- нормативно-правовые основы проведения соревнований;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать и проводить соревнования по спортивным играм;</li> <li>- оформлять техническую документацию соревнований по спортивным играм;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой судейства соревнований по спортивным играм.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<p><b><i>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</i></b></p>	
<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- систему планирования и учета учебно-спортивной работы по спортивным играм;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе занятий спортивными играми;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- профессиональным языком в процессе занятий, навыками общения, воспитательной и консультативной работы.</li> </ul>

<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать:  – основы научно-исследовательской и методической деятельности в сфере спортивных игр;  – методы организации комплексного контроля и занятий по спортивным играм;  уметь:  – планировать и распределять нагрузку как на отдельном тренировочном занятии, так и на протяжении годичного цикла тренировки;  владеть:  – навыками учета и коррекции учебно-спортивной работы по спортивным играм.</p>
<p>ПК-1.3 Владеет навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта; опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.</p>	<p>знать:  – методы организации комплексного контроля и занятий по спортивным играм;  – нормативно-правовые основы учебно-тренировочного процесса по спортивным играм;  уметь:  – составлять документы планирования;  – планировать и распределять нагрузку как на отдельном тренировочном занятии, так и на протяжении годичного цикла тренировки;  владеть:  – навыками планирования и прогнозирования спортивных результатов.</p>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 з.е., 288 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Паршина Н. А., старший преподаватель Иванова Е. Н.

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **К.М.05.06 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

#### **4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов знаний, умений и навыков в области теории и методики лыжного спорта.

Задачи дисциплины:

- освоение основ лыжного спорта, понятий и терминов современного лыжного спорта;
- приобретение знаний о факторах риска, нормах и правилах безопасных организаций и проведения занятий по лыжному спорту, материально-техническому обеспечению учебного и тренировочного процесса в лыжном спорте;
- овладение техникой и методикой обучения основных способов передвижения на лыжах;
- освоение средств и методов повышения уровня физической подготовки занимающихся;
- изучение теоретико-методических основ спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;
- овладение технологией планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;
- формирование умения разрабатывать планы учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке;
- формирование умения планировать и проводить фрагменты учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке различной направленности;
- приобретение умения планировать и организовывать участие обучающихся в соревнованиях по лыжным гонкам.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.06 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.06 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

К.М.05.27(У) Учебная (ознакомительная) практика

К.М.05.28(У) Учебная (ознакомительная) практика

К.М.05.29(П) Производственная (тренировочная) практика.

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Основы теории и методики лыжного спорта:**

Материально-техническое обеспечение и техника безопасности в лыжном спорте. Эволюция лыжного инвентаря. Хранение и ремонт лыжного инвентаря, уход за ним. Лыжные мази и парафины. Факторы, влияющие на выбор мази. Подготовка гоночных лыж.

Травматизм и обморожения, их характеристика. Причины, вызывающие травматизм и обморожения.

Понятие о технике передвижения на лыжах. Характеристика сил, действующих на лыжника. Терминология лыжного спорта.

Анализ техники попеременного двухшажного, одновременного бесшажного, одновременного одношажного (скоростной и основной варианты) и одновременного

двухшажного ходов.

Анализ техники подъемов в гору, спусков с гор прямо и наискось в различных стойках (средней, высокой, низкой), поворотов на месте (переступанием, махом, прыжком), поворотов при спусках с гор (переступанием, упором, плугом, из упора, ножницами, на параллельных лыжах) и торможений («плугом», упором, падением, боковым соскальзыванием).

Анализ техники полуконькового, конькового без отталкивания руками (с махами и без махов), одновременного двухшажного с отталкиванием руками через шаг и на каждый шаг, попеременного двухшажного коньковых ходов.

Характеристика процесса обучения технике передвижения на лыжах. Этапы обучения. Цель и задачи, методы и средства. Последовательность и методика обучения классическим лыжным ходам. Начальное обучение технике передвижения на лыжах. Последовательность и методика обучения классическим способам передвижения на лыжах. Последовательность и методика обучения подъемам на лыжах в гору, спускам на лыжах с гор, поворотам на лыжах при спусках с гор, торможениям на лыжах. Последовательность и методика обучения коньковым лыжным ходам.

### ***Модуль 2. Основы спортивной тренировки в лыжном спорте:***

Теория и система отбора. Характеристика понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация». Подходы в прогнозировании спортивных результатов. Виды и уровни спортивного отбора. Принципы проведения спортивного отбора. Методики спортивного отбора. Благоприятный возраст начала занятий. Возрастные границы приема детей и подростков в группы начальной подготовки. Изучение конституционных типов телосложения спортсменов. Оценка физических качеств и морфофункциональных показателей в спорте. Определение потенциальных возможностей спортсменов. Оценка перспективности спортсменов. Морфологические и функциональные задатки спортсменов.

Физические качества лыжников-гонщиков и методика их развития. Виды выносливости, их характеристика. Средства, методы и дозирование нагрузки при развитии разновидностей выносливости. Виды силовых способностей лыжника-гонщика, их характеристика. Средства, методы и дозирование нагрузки при развитии разновидностей силы. Характеристика ловкости. Ловкость и координация движений. Основные направления в развитии ловкости лыжника-гонщика и средства. Характеристика быстроты и виды скоростных способностей. Средства, методы и дозирование нагрузки при развитии быстроты. Классификация средств развития физических качеств. Средства общей физической и специальной физической подготовки. Методы тренировки, их характеристика.

Особенности организации и проведения тренировочных занятий по лыжной подготовке в ДЮСШ, ДЮСШОР. Структура тренировочного занятия. Задачи вводно-подготовительной, основной и заключительной частей тренировочного занятия. Особенности подготовки юных лыжников-гонщиков в ДЮСШ, СДЮШОР в годичном цикле подготовки.

Планирование тренировочного процесса. Перспективное, текущее и оперативное планирование тренировочного процесса лыжников-гонщиков.

Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам. Характеристика соревнований, их классификация по целям и задачам соревнований; значимости и масштаба соревнований и по характеру определения первенства. Календарный план соревнований. Положение о проведении соревнований по лыжным гонкам. Программа соревнований.

Подготовка и организация соревнований. Общие правила соревнований по лыжному спорту. Общие положения. Состав главной судейской коллегии. Обязанности, организация и методика работы главного судьи и его заместителей, главного секретаря, заместителя главного секретаря. Состав бригады судей. Обязанности, организация и методика работы стартовой и финишной бригад, секретариата, бригады награждения, службы информации. Требования к трассе, местам старта и финиша при организации соревнований.

### ***7. Требования к результатам освоения дисциплины***

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i></b>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать: основы спортивной ориентации в лыжном спорте; виды и уровни спортивного отбора в лыжном спорте; – принципы и методы проведения спортивного отбора в лыжном спорте; уметь: – проводить спортивную ориентацию и спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки в лыжном спорте; владеть: – методами спортивного отбора и спортивной ориентации на различных этапах на различных этапах спортивной подготовки в лыжном спорте.</p>
<p>ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.</p>	<p>знать: – антропометрические, физические и психические особенности обучающихся; уметь: – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в лыжном спорте;; – определять потенциальные возможности обучающихся; владеть: – методами оценки морфофункциональных показателей, физических качеств и психических возможностей обучающихся.</p>
<p><b><i>ОПК-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</i></b></p>	
<p>ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</p>	<p>знать: – ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования; уметь: – осуществлять лыжную подготовку обучающихся в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования; владеть: – навыками осуществления лыжной подготовки обучающихся в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</p>
<p>ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать: – терминологию, средства, методы и приемы лыжного спорта; – особенности планирования и проведения фрагментов учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; уметь: – использовать специальную терминологию лыжного спорта; – использовать средства, методы и приемы при планировании и проведении фрагментов учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке в соответствии с содержанием действующих программы спецификой контингента занимающихся;</p>

	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками использования специальной терминологии лыжного спорта;</li> <li>- методами и приемами при планировании и проведении фрагментов учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся.</li> </ul>
<p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы техники лыжного спорта, а также требования к ее рациональным вариантам;</li> <li>- основные этапы, принципы, средства и методы обучения двигательным действиям в лыжном спорте;</li> <li>- средства и методы развития физических качеств в лыжном спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и применять средства и методы обучения двигательным действиям в лыжном спорте;</li> <li>- подбирать и применять средства и методы развития физических качеств в лыжном спорте;</li> <li>- анализировать эффективность техники двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;</li> <li>- анализировать эффективность развития физических качеств в процессе занятий по лыжной подготовке;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и методами обучения двигательным действиям в лыжном спорте;</li> <li>- средствами и методами развития физических качеств в процессе занятий по лыжной подготовке для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>- навыками определения эффективности техники двигательных действий и развития физических качеств в процессе занятий по лыжной подготовке;</li> <li>- навыками практического выполнения различных способов передвижения на лыжах.</li> </ul>
<p><b><i>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</i></b></p>	
<p>ОПК-4.1 Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость);</li> <li>- упражнения для повышения уровня специальной физической подготовленности в процессе занятий лыжным спортом;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость);</li> <li>- разрабатывать упражнения для повышения уровня специальной физической подготовленности в процессе занятий по лыжной подготовке;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком использования разработанных комплексов общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств при проведении</li> </ul>

	учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке; – навыком использования разработанных упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности при проведении учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке.
ОПК-4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.	знать: – вопросы материально-технического обеспечения учебного и тренировочного процесса в лыжном спорте; – погодные, санитарно-гигиенические условия для проведения учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке; – теоретические основы, необходимые для разработки фрагментов занятий по лыжной подготовке; уметь: – разрабатывать конспекты занятий по лыжной подготовке, направленные на освоение техники передвижения на лыжах и развитие физических качеств; проверять наличие и достаточность материально-технических ресурсов для занятий по лыжной подготовке; – использовать погодные, санитарно-гигиенические условия для проведения учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке; владеть: – способностью разрабатывать конспекты занятий по лыжной подготовке, направленные на освоение техники передвижения на лыжах и развитие физических качеств; – способностью проверять наличие и достаточность материально-технических ресурсов для занятий по лыжной подготовке.
ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.	знать: правила соревнований по лыжным гонкам; – основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований по лыжным гонкам; уметь: – подготовить место проведения соревнований по лыжным гонкам, оборудование для их проведения; – обеспечивать медицинское обслуживание соревнований по лыжным гонкам; – планировать и организовывать участие спортсменов в соревнованиях по лыжным гонкам; владеть: – способностью подготовить место проведения соревнований по лыжным гонкам, оборудование для их проведения; – способностью обеспечивать медицинское обслуживание соревнований по лыжным гонкам; – навыками судейства соревнований по лыжным гонкам; – навыками организации спортсменов в соревнованиях по лыжным гонкам.
<b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b>	
ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное	знать: – возможные угрозы и опасности внешних и внутренних факторов на занятиях по лыжной подготовке; – особенности организации безопасного пространства для обучающихся на занятиях по лыжной подготовке;

<p>пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- алгоритмы действий для устранения или снижения опасности на занятиях по лыжной подготовке;</li> <li>уметь:</li> <li>- своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов на занятиях по лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать безопасное пространство для обучающихся на занятиях по лыжной подготовке;</li> <li>- оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности на занятиях по лыжной подготовке; владеть:</li> <li>- способностью выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов на занятиях по лыжной подготовке;</li> <li>- способностью организовывать безопасное пространство для обучающихся на занятиях по лыжной подготовке;</li> <li>- навыками оперативного реагирования на нештатные ситуации и применения верных алгоритмов действий для устранения или снижения опасности на занятиях по лыжной подготовке.</li> </ul>
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке;</li> <li>- особенности методики профилактики травматизма при осуществлении профессиональной деятельности;</li> <li>- приемы оказания первой доврачебной помощи при различных видах травм;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать причины возникновения спортивного травматизма;</li> <li>- осуществлять профилактические мероприятия: соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности, выбирать места занятий для обучения техники способов передвижения на лыжах и развития физических качеств;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основными приемами и способами оказания первой доврачебной помощи при различных травмах на занятиях по лыжной подготовке.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.***

<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки;</li> <li>- типовые программы спортивной подготовки по лыжным гонкам;</li> <li>- виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в лыжных гонках;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки;</li> <li>- применять типовые программы спортивной подготовки по лыжным гонкам;</li> <li>- использовать виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в лыжных гонках;</p> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком использования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки;</li> <li>- навыком использования типовых программ спортивной подготовки по лыжным гонкам;</li> <li>- навыком использования видов, содержания, технологии планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в лыжных гонках.</li> </ul>
<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- этапы многолетнего тренировочного процесса и факторы, определяющие его структуру;</li> <li>- организацию тренировочной работы на различных этапах многолетней подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки;</li> <li>- выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса; владеть:</li> <li>- опытом проведения систематического учета, анализа, обобщения результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки.</li> </ul>
<p>ПК-1.3 Владеет навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта; опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки, типовые программы спортивной подготовки по лыжным гонкам;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки, типовые программы спортивной подготовки по лыжным гонкам при планировании тренировочного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- опытом использования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки, типовых программ спортивной подготовки по лыжным гонкам при планировании тренировочного процесса.</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Четайкина О. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.07 Теория и методика обучения базовым видам спорта:**  
**Тяжелая атлетика**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую, тренерскую, преподавательскую, судейскую и другие виды работ по тяжелой атлетике.

Задачи дисциплины:

- формирование у студентов комплекса знаний, умений и навыков в области тяжелой атлетики, в теории и методике преподавания;
- формирование профессиональных умений и навыков тренера по тяжелой атлетике;
- овладение двигательными умениями и навыками занимающегося тяжелой атлетикой;
- формирование умений и навыков в области учебно-методической, профессионально-прикладной и организаторской деятельности, необходимых для успешной самостоятельной работы с учащимися, а также для оздоровительных занятий со взрослым населением.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.07 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.07 «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки

К.М.06.05(П) Производственная (тренерская) практика

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.05.10 Повышение спортивного мастерства

К.М.05.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая характеристика и значение видов и направлений тяжелой атлетики**

История возникновения и развития тяжелой атлетики в России и мире. Теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике. Значение тяжелой атлетики в физическом совершенствовании лиц различного возраста и пола: оздоровительный, развивающий и рекреативный эффект. Характеристика тяжелоатлетических видов спорта.

**Модуль 2. Методика развития силовых качеств в тяжелой атлетике**

Федеральные стандарты спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по тяжелой атлетике. Виды, содержание, технология планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике. Учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике. Режим работы мышц в процессе занятий с отягощениями. Понятие «сила» и ее разновидности. Методика развития собственно силовых и скоростно-силовых качеств, мышечной гипертрофии с использованием средств тяжелой атлетики.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b><i>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i></b>	
ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – историю развития тяжелой атлетики как вида спорта в России и мире; – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора в тяжелой атлетике; уметь: – применять полученные знания в области физического воспитания, спортивной тренировки при решении педагогических, учебно-воспитательных и научно-методических задач с учетом возрастных и индивидуально-типологических различий занимающихся; владеть: – навыком проведения контрольных мероприятий для проведения спортивного отбора в тяжелой атлетике.
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	знать: – анатомио-физиологические, психолого-педагогические и возрастно-половые закономерности формирования двигательных навыков и развития физических качеств; уметь: – планировать и проводить тренировочные занятия и другие формы занятий тяжелой атлетикой с учетом половозрастных, физиологических, возрастных особенностей; владеть: – навыком оценки физического развития и физической подготовленности тяжелоатлетов.
<b><i>ОПК-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</i></b>	
ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.	знать: – методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий по тяжелой атлетике с различными возрастными группами занимающихся; уметь: – использовать технологию обучения технике движений в тяжелой атлетике, развития физических качеств в процессе занятий этим видом спорта в различных типах образовательных учреждений; владеть: – навыком обучения технике движений в тяжелой атлетике занимающихся в различных типах образовательных учреждений.
ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	знать: – основные средства и методы обучения при занятиях тяжелой атлетикой; уметь: – корректировать учебно-тренировочный процесс и исправлять ошибки в технике движений у занимающихся тяжелой атлетикой; владеть: – навыком проведения учебных и тренировочных занятий по тяжелой атлетике.

<p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p>	<p>знать: – технологии двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в тяжелой атлетике; уметь: – анализировать эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки в тяжелой атлетике; владеть: – навыком организации и осуществления контроля и оценки физкультурно-спортивных достижений занимающихся тяжелой атлетикой.</p>
<p><b><i>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</i></b></p>	
<p>ОПК-4.1 Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</p>	<p>знать: – специальную терминологию, правила и методику проведения общеразвивающих упражнений; – теорию и методику спортивной тренировки в тяжелой атлетике; уметь: – разрабатывать комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие физических качеств в тяжелой атлетике; владеть: – навыком применения комплексов общеразвивающих физических упражнений для повышения уровня специальной подготовленности в тяжелой атлетике.</p>
<p>ОПК-4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.</p>	<p>знать: – методико-теоретические и практические разработки в области спортивной тренировки по тяжелой атлетике; – основы планирования тренировочного процесса в тяжелой атлетике; уметь: – осуществлять проверку наличия и достаточности материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий по тяжелой атлетике; владеть: – навыком разработки плана занятий и наиболее эффективных методик проведения тренировок по тяжелой атлетике.</p>
<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинскому обеспечению соревнований.</p>	<p>знать: – правила проведения соревнований, обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинскому обеспечению соревнований по тяжелой атлетике; уметь: – планировать участие спортсменов в соревнованиях различного уровня по тяжелой атлетике; владеть: – навыком организации участия спортсменов в соревнованиях различного уровня по тяжелой атлетике.</p>
<p><b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b></p>	

<p>ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p>	<p>знать: - причины травматизма и технику безопасности при занятиях тяжелой атлетикой; уметь: - планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма при занятиях тяжелой атлетикой; владеть: - навыком выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов при занятиях тяжелой атлетикой.</p>
<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать: - причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний при занятиях тяжелой атлетикой; уметь: - проводить анализ возникновения спортивного травматизма и заболеваний при занятиях тяжелой атлетикой; владеть: - навыком осуществления профилактических мероприятий, оказания первой доврачебной помощи при занятиях тяжелой атлетикой.</p>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки***

***тренерская деятельность***

<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать: - технологию планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике; уметь: - проводить учет результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике; владеть: - навыком проведения анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике.</p>
<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать: - технологию планирования тренировочных занятий в тяжелой атлетике; уметь: - проводить систематический учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике; владеть: - навыком обобщения результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки в тяжелой атлетике.</p>
<p>ПК-1.3 Владеет навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований</p>	<p>знать: - основные требования федерального стандарта спортивной подготовки и программы спортивной подготовки по тяжелой атлетике;</p>

федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта; опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.	уметь: – планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки и программы спортивной подготовки по тяжелой атлетике; владеть: – навыком оценивания результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности в тяжелой атлетике.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Иванова Е. Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.05.08 Теория и методика избранного вида спорта**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – подготовка тренера-педагога к выполнению тренерской, преподавательской, воспитательной, научно-методической, физкультурно-спортивной, культурно-просветительской работы.

Задачи дисциплины:

- освоение студентами теоретических знаний о становлении и развитии избранного вида спорта как вида спорта и средства физического воспитания населения разных возрастов;
- овладение студентами техникой и тактикой избранного вида спорта;
- формирование у студентов технологии построения учебного процесса по избранному виду спорта ДЮСШ, СДЮШОР и других учреждениях дополнительного образования; ;
- овладения навыками планирования и учета учебно-спортивной работы по избранному виду спорта;
- формирование навыков организации и проведения соревнований по избранному виду спорта.;
- овладение методами контроля за состоянием здоровья занимающихся, оценки их физического развития и физической подготовленности;
- приобретение навыков работы с научной и методической литературой по избранному виду спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.08 «Теория и методика избранного вида спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.08 «Теория и методика избранного вида спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки
- К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике
- К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Единоборства в системе физического воспитания в ВУЗах:**

История спортивных единоборств. История спортивных единоборств в России. Единоборства в системе физического воспитания в ВУЗах. Терминология спортивной борьбы. Техничко-тактическая подготовка в греко-римской и вольной борьбе.

**Модуль 2. Методика обучения технике и тактике единоборств:**

Техничко-тактическая подготовка борьбы в партере. Техничко-тактическая подготовка борьбы в стойке. Классификация техники и тактики спортивной борьбы.

**Модуль 3. Основы тренировки в легкой атлетике:**

Техника выполнения специально-беговых упражнений легкоатлета. Краткая характеристики и история развития прыжка в длину с разбега. Техника прыжка в длину с разбега (разбег и отталкивание). Техника прыжка в длину с разбега (полет, приземление). Обучение технике бега на средние и длинные дистанции (старт, бег по дистанции). Техника спортивной ходьбы и бега.

**Модуль 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим видам:**

Техника прыжка в длину с разбега (разбег и отталкивание).¶ Техника прыжка в длину с разбега (полет, приземление). Обучение технике бега на средние и длинные дистанции (старт, бег по дистанции). Техника спортивной ходьбы и бега.

### **Модуль 5. Обучение технике игры в волейбол:**

Игра в волейбол как предмет. История возникновения и развития волейбола.

Актуальные вопросы оценки развития волейбола. Характеристика игры.

### **Модуль 6. Обучение игровой деятельности в волейболе:**

Техника игры. Тактика игры. Организация процесса обучения. Организация соревнований по волейболу.

### **Модуль 7. Спортивное плавание:**

Методика начального обучения плаванию. Техника и методика обучения технике плавания способом «кроль на груди». Техника и методика обучения технике плавания способом «кроль на груди». Общая согласованность движений при плавании «кроль на груди». Техника и методика обучения технике плавания способом «кроль на спине». Техника и методика обучения технике плавания способом «брасс». Техника и методика обучения технике плавания способом «баттерфляй». Техника и методика обучения технике стартов. Техника и методика обучения технике поворотов

### **Модуль 8. Прикладное плавание:**

Техника прикладных способов плавания. Нырание в длину и глубину. Техника плавания способом на боку. Техника плавания способом брасс на спине. Техника ныряния в длину и глубину. Способы задержки дыхания.

Техника транспортировки пострадавшего и освобождение от захватов тонущего.

Спасательный инвентарь. Приемы освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки тонущего. Захваты пострадавшего. Подготовка к выполнению искусственного дыхания. Искусственное дыхание. Виды утопления. Способы искусственного дыхания, помощь и контроль восстановления дыхания и пульса. Способы плавания, используемые при транспортировке грузов и пострадавшего.

### **Модуль 9. Основы теории и методики лыжного спорта:**

Понятие о технике передвижения на лыжах. Анализ техники попеременного двухшажного, одновременного бесшажного, одновременного одношажного (скоростной и основной варианты) и одновременного двухшажного ходов.

Анализ техники подъемов в гору, спусков с гор прямо и наискось в различных стойках (средней, высокой, низкой), поворотов на месте (переступанием, махом, прыжком), поворотов при спусках с гор (переступанием, упором, плугом, из упора, ножницами, на параллельных лыжах) и торможений («плугом», упором, падением, боковым соскальзыванием).

Анализ техники полуконькового, конькового без отталкивания руками (с махами и без махов), одновременного двухшажного с отталкиванием руками через шаг и на каждый шаг, попеременного двухшажного коньковых ходов.

Характеристика процесса обучения технике передвижения на лыжах. Этапы обучения.

### **Модуль 10. Основы спортивной тренировки в лыжном спорте:**

Теория и система отбора. Физические качества лыжников-гонщиков и методика их развития. Особенности организации и проведения тренировочных занятий по лыжной подготовке в ДЮСШ, ДЮСШОР. Планирование тренировочного процесса. Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам. Подготовка и организация соревнований. Требования к трассе, местам старта и финиша при организации соревнований.

### **Модуль 11. Общие основы обучения игре в баскетбол. Техника игры в баскетбол:**

Сущность и характеристика игры в баскетбол. Теоретические основы обучения игре в баскетбол. Причины и профилактика травматизма при занятиях баскетболом. Правила игры и методика судейства.

### **Модуль 12. Теория и методика обучения тактике игры в баскетбол:**

Особенности многолетней подготовки баскетболистов. Управление спортивной подготовкой баскетболистов. Организация и проведение соревнований по баскетболу.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования общих основ теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.</li> </ul>
<b><i>ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</i></b>	
ОПК-13.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила организации и проведения соревнований по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований.</li> </ul>
<b><i>ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</i></b>	
ОПК-15.2 Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.</li> </ul>
<b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b>	

<p>ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.</p>	<p>знать: – правила анализа причин возникновения спортивного травматизма и заболеваний, правила осуществления профилактических мероприятий, оказания первой доврачебной помощи; уметь: – анализировать причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, оказывать первую доврачебную помощь; владеть: – навыками анализа причин возникновения спортивного травматизма и заболеваний, проведения профилактических мероприятий, оказания первой доврачебной помощи.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся***

<p>ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.</p>	<p>знать: – закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся; уметь: – применять закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся; владеть: – навыками применения закономерностей и факторов физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.***

***тренерская деятельность***

***педагогическая деятельность***

<p>ПК-5.1 Знает технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</p>	<p>знать: – технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта; уметь: – использовать технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта; владеть: – навыками использования технологий профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ПК-6. Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы.***

***тренерская деятельность***

***педагогическая деятельность***

<p>ПК-6.1 Знает требования к содержанию образовательных программ, рабочих документов планирования педагогического процесса, цели, задачи, структуру, содержание, формы и виды учебных занятий различной направленности.</p>	<p>знать: – требования к содержанию образовательных программ, рабочих документов планирования педагогического процесса, цели, задачи, структуру, содержание, формы и виды учебных занятий различной направленности; уметь: – использовать требования к содержанию образовательных программ, рабочих документов планирования педагогического процесса, цели, задачи, структуру, содержание, формы и виды учебных занятий различной направленности; владеть: – навыками использования требований к содержанию образовательных программ, рабочих документов планирования педагогического процесса.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 16 з.е., 576 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Иванова Е. Н., канд. пед. наук, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов целостного представления о системе управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта

Задачи дисциплины:

- овладение знаниями об управлении тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;
- формирование умений подбора адекватных поставленным задачам средств и методов тренировки, определения величин нагрузок, адекватных возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата в процессе многолетней подготовки;
- формирование умений разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы тренировочных занятий, положений о соревновании в избранном виде спорта;
- вооружение знаниями об особенностях осуществления отбора и спортивной ориентации в процессе занятий;
- овладение умением осуществлять комплексный контроль в процессе управления спортивной подготовкой;
- формирование умения проводить тренировочные занятия различной направленности;
- овладение умениями планирования, организации и судейства соревнований по избранному виду спорта и физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- формирование умения совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, сохранять и поддерживать спортивную форму нагрузки в процессе занятий избранным видом спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.09 «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.09 «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.10 Повышение спортивного мастерства

К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

Б3.01 (Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом:**

Понятие о технологии управления тренировочным процессом. Теоретико-методические положения системы подготовки юных спортсменов. Схема управления в процессе спортивной тренировки.

Постановка цели и прогнозирование. Основное понятие «прогнозирование». Направления прогнозирования в спорте. Классификация схем и методов прогнозирования. Методы спортивного прогнозирования: интуитивного предвидения, экспертных оценок, экстраполяции, моделирования.

Понятия «модель» и «моделирование». Основные категории моделей, используемых при организации тренировочного процесса. Моделирование тренировочного цикла, этапа.

Планирование и программирование компонентов спортивной тренировки. Параметры, определяющие процесс планирования и структуры различных циклов подготовки. Требования к планированию подготовки. Моделирование подготовки

спортсменов в подготовительном периоде Перспективное, годовое, текущее и оперативное планирование.

Методы планирования: программно-целевой, моделирование (графическое, математическое, сетевое), линейное программирование. Виды учета: предварительный, текущий, итоговый. Формы учета: журнал, дневник спортсмена, дневник тренера. Методы и способы коррекции планов спортивного совершенствования.

Программно-методическое обеспечение системы управления подготовкой спортивных резервов. Программно-методические документы ДЮСШ. Программно-методические документы СДЮСШОР.

Система комплексного контроля в управлении спортивной подготовкой. Методологические основы комплексного контроля. Нормативные показатели педагогического контроля. Показатели состояния и динамики подготовленности спортсмена. Контроль за соревновательной деятельностью. Особенности комплексного медико-биологического и биомеханического контроля. Оценка результатов обследования. Оперативный, текущий и этапный контроль.

Корректировка и принятие решений в процессе управления тренировочным процессом.

### ***Модуль 2. Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке:***

Критерии и подходы к диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Понятие «спортивный отбор», «спортивная ориентация» и «спортивная селекция». Этапы спортивного отбора, основные направления различных этапов отбора спортивного резерва. Этапы и критерии спортивного отбора. Методологический подход к решению проблемы отбора и диагностики спортивных способностей. Основные показатели (критерии) отбора и ориентации спортсменов. Исходные показатели и темпы их прироста. Факторы, подлежащих учету в исходной проверке способностей спортсменов различных видов спорта, их характеристика. Перспективы спортивной деятельности. Оценка перспектив спортсменов на этапах спортивного совершенствования. Критерии, определяющие способность спортсменов реализовать свои достигнутые возможности.

### ***Модуль 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки:***

Этапы многолетнего тренировочного процесса и факторы, определяющие его структуру. Организация тренировочной работы на различных этапах многолетней подготовки. Основы рационального построения спортивной тренировки и эффективного распределения средств на разных этапах подготовки в зависимости от поставленных задач. Основные методические положения оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

Факторы, определяющие структуру годового цикла. Задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода. Задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде. Задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

Характеристика этапа развития спортивной формы, этапа непосредственной подготовки к главному этапу.

Факторы при выборе модели построения круглогодичной тренировки. Принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов. Основные модели блоковой периодизации. Технология применения различных моделей тренировочных циклов.

Мезоциклы, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру мезоциклов. Типы мезоциклов, особенности их построения. Задачи и средства втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, предсоревновательных (подводящих), соревновательных и восстановительных мезоциклов. Сочетание различных микроциклов в мезоцикле.

Определение и классификация микроциклов тренировки, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру микроциклов тренировки. Типы микроциклов, их характеристика. Сочетание занятий с различными нагрузками в микроцикле.

Основы рационального построения спортивной тренировки на этапе

непосредственной предсоревновательной подготовки к главным соревнованиям года. Этапы предсоревновательной подготовки, их продолжительность. Стратегия острой адаптации. Стратегия долговременной адаптации. Стратегия раздельной адаптации. Стратегия повторной адаптации. Стратегия комплексной адаптации. Утомление и восстановление организма спортсменов при мышечной деятельности. Акклиматизация и реакклиматизация организма.

#### **Модуль 4. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность:**

Этапы многолетнего тренировочного процесса и факторы, определяющие его структуру. Организация тренировочной работы на различных этапах многолетней подготовки. Основы рационального построения спортивной тренировки и эффективного распределения средств

на разных этапах подготовки в зависимости от поставленных задач. Основные методические положения оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

Факторы, определяющие структуру годичного цикла. Задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода. Задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде. Задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

Характеристика этапа развития спортивной формы, этапа непосредственной подготовки к главному этапу.

Факторы при выборе модели построения круглогодичной тренировки. Принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов. Основные модели блоковой периодизации. Технология применения различных моделей тренировочных циклов.

Мезоциклы, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру мезоциклов. Типы мезоциклов, особенности их построения. Задачи и средства втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, предсоревновательных (подводящих), соревновательных и восстановительных мезоциклов. Сочетание различных микроциклов в мезоцикле.

Определение и классификация микроциклов тренировки, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру микроциклов тренировки. Типы микроциклов, их характеристика. Сочетание занятий с различными нагрузками в микроцикле.

Основы рационального построения спортивной тренировки на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки к главным соревнованиям года. Этапы предсоревновательной подготовки, их продолжительность. Стратегия острой адаптации. Стратегия долговременной адаптации. Стратегия раздельной адаптации. Стратегия повторной адаптации. Стратегия комплексной адаптации. Утомление и восстановление организма спортсменов при мышечной деятельности. Акклиматизация и реакклиматизация организма.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

#### **ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий**

ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – теоретико-методические основы спортивной ориентации и отбора в процессе многолетней подготовки; уметь: – использовать методы спортивного отбора и спортивной ориентации на различных этапах спортивной подготовки; владеть: – методами спортивного отбора и спортивной ориентации на различных этапах спортивной подготовки.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации;</li> <li>– потенциальные возможности спортсменов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации;</li> <li>– определять потенциальные возможности спортсменов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации;</li> <li>– методами определения потенциальных возможностей спортсменов.</li> </ul>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

<p>ОПК-4.1 Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы физического воспитания, направленные на гармоничное развитие основных физических качеств;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– составлять комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на гармоничное развитие физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость);</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыком проведения комплексов общеразвивающих упражнений, направленных на гармоничное развитие основных физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость);</li> <li>– навыком проведения комплексов упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные дидактические принципы;</li> <li>– требования федеральных стандартов по видам спорта;</li> <li>– нормативные требования погодных и санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>– разрабатывать учебные программы занятий по избранным видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований федеральных стандартов;</li> <li>– проверять наличие и достаточность материально-технических ресурсов ;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований федеральных стандартов, учета специфики видов спорта.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-4.3 Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности проведения соревнований различного уровня в избранном виде спорта;</li> <li>– обязанности организаторов и судей соревнований;</li> <li>– основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований;</li> </ul> <p>уметь:</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проверять наличие и достаточность материально-технических ресурсов;</li> <li>– планировать и проводить соревнования различного уровня в избранном виде спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения соревнований различного уровня в избранном виде спорта.</li> </ul>
----------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта***

ОПК-13.1 Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику судейства по базовым видам спорта;</li> <li>– перечень оборудования, инвентаря для проведения соревнований по базовым видам спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать календарь соревнований по базовому виду спорта;</li> <li>– использовать перечень оборудования, инвентаря для проведения соревнований по базовым видам спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований по базовым видам спорта различного уровня.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ОПК-13.2 Разрешает спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение соревнований по избранному виду спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила соревнований по избранным видам спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрешать спортивные споры при проведении соревнований;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками обеспечения безопасности и медицинского сопровождения соревнований по базовым видам спорта.</li> </ul>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности***

ПК-5.1 Знает технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать технологию профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологиями профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ПК-5.2 Использует эффективные средства и методы для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрирует технику движений,	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– эффективные средства и методы для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать эффективные средства и методы для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

техничко-тактические действия и средства выразительности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– техникой движений, технико-тактическими действиями и средствами выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</li> </ul> </li> </ul>
ПК-5.3 Владеет опытом совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; навыками выполнения техники движений, технико-тактических действий, средств выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.	<ul style="list-style-type: none"> <li>знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– технику выполнения движений, технико-тактических действий, средств выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> </ul> </li> <li>уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>– совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– демонстрировать технику выполнения движений, технико-тактические действия, средства выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта;</li> </ul> </li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– навыками выполнения техники движений, технико-тактических действий, средств выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</li> </ul> </li> </ul>
<b>ПК-22. Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования</b>	
ПК-22.1 Знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.	<ul style="list-style-type: none"> <li>знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий;</li> </ul> </li> <li>уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить спортивные и физкультурно-массовые мероприятия;</li> </ul> </li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.</li> </ul> </li> </ul>
ПК-22.3 Владеет навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников.	<ul style="list-style-type: none"> <li>знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные разделы положения о соревновании;</li> </ul> </li> <li>уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать положение о соревновании;</li> <li>– определять графики проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников;</li> </ul> </li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки положения о соревновании,</li> <li>– навыками определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников.</li> </ul> </li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Четайкина О. В.

*Аннотация рабочей программы дисциплины*  
*К.М.05.10 Повышение спортивного мастерства*

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов способности осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию; совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта.

Задачи дисциплины:

–ознакомить с теоретико-методическими основами спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;

–освоить технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта;

–раскрыть особенности использования эффективных средств и методов для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;

–обеспечить овладение техникой движений, технико-тактическими действиями и средствами выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.

–научить использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;

–сформировать умения проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.

–сформировать умения разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории, использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по видам спорта;

–ознакомиться с методами контроля за состоянием здоровья занимающихся, оценки их физического развития и физической подготовленности.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.10 «Повышение спортивного мастерства» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.10 «Повышение спортивного мастерства» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.03.07 Элективные курсы по физической культуре и спорту

К.М.05.ДВ.01.01 Формирование спортивного мастерства в учреждениях дополнительного образования.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая физическая подготовка в волейболе:**

Силовая подготовка. Развитие быстроты. Развитие выносливости. Развитие ловкости.

**Модуль 2. Специальная физическая подготовка в волейболе:**

Развитие гибкости. Развитие специальной силы. Развитие прыгучести. Развитие специальной быстроты. Развитие специальной выносливости.

**Модуль 3. Общая физическая подготовка в баскетболе:**

Силовая подготовка (для всех позиций). Упражнения для развития взрывной силы.

Развитие силы. Развитие скорости. Развитие прыгучести. Развитие ловкости с использованием средств акробатики. Развитие гибкости. Стретчинг. Упражнения для развития гибкости и расслабление.

#### ***Модуль 4. Специальная физическая подготовка в баскетболе:***

Специальная силовая подготовка (для игроков всех позиций). Специальная скоростная подготовка (для игроков всех позиций). Специальная скоростная подготовка (для всех позиций). Специальная физическая подготовка. Скорость движения рук. Развитие специальной прыгучести баскетболистов. Развитие специальной прыгучести баскетболистов. Использование передач в работе над ОФП и СФП.

#### ***Модуль 5. Специальная физическая подготовка в баскетболе:***

Использование передач в упражнениях ОФП и СФП. Специальные упражнения для развития ловкости. Упражнения для отработки обманных движений, финтов и обыгрывания. Примерная программа по специальной физической подготовке.

#### ***Модуль 6. Общая физическая подготовка в баскетболе:***

Силовая подготовка. Развитие быстроты. Развитие выносливости. Развитие ловкости.

#### ***Модуль 7. Общая физическая подготовка в футболе:***

Использование передач в упражнениях ОФП и СФП. Специальные упражнения для развития ловкости. Упражнения для отработки обманных движений, финтов и обыгрывания. Примерная программа по специальной физической подготовке.

#### ***Модуль 8. Общая физическая подготовка в единоборствах:***

Использование упражнений ОФП и СФП. Специальные упражнения для развития ловкости, координации. Упражнения для отработки захватов, бросков. Страховка и самостраховка при выполнении упражнений. Примерная программа по специальной физической подготовке.

#### ***Модуль 9. Общая физическая подготовка в гимнастике:***

Общая физическая подготовка на развитие выносливости гимнастов. Общая физическая подготовка на развитие прыгучести гимнастов. Общая физическая подготовка на развитие силы гимнастов. Общая физическая подготовка на развитие ловкости и прыгучести гимнастов. Общая физическая подготовка на развитие гибкости гимнастов. Общая физическая подготовка на развитие ловкости с мячом.

#### ***Модуль 10. Общая физическая и технико-тактическая подготовка гимнастов:***

Общая физическая подготовка на развитие силы гимнастов с элементами технико-тактических действий. Общая физическая подготовка на развитие гибкости гимнастов с элементами технико-тактических действий. Общая физическая подготовка на развитие ловкости гимнастов с элементами технико-тактических действий. Общая физическая подготовка на развитие подвижности суставов гимнастов с элементами технико-тактических действий. Общая физическая подготовка на развитие силы гимнастов с элементами технико-тактических действий. Комплексная общая физическая подготовка гимнастов с элементами технико-тактических действий. Общая физическая подготовка на развитие равновесия с элементами технико-тактических действий.

#### ***Модуль 11. Специальная физическая подготовка в гимнастике:***

Специальная физическая подготовка для развития мышц спины и задней поверхности бедер. Специальная физическая подготовка для развития прыгучести. Комплексная специальная физическая подготовка. Специальная физическая подготовка для развития силы.

#### ***Модуль 12. Специальная физическая и технико-тактическая подготовка гимнастов:***

Специальная физическая подготовка для развития мышц плечевого пояса и рук. Специальная физическая подготовка для развития мышц брюшного пресса и передней поверхности бедер. Специальная физическая подготовка для развития прыгучести.

#### ***Модуль 13. Спорт в современном обществе, тенденции его развития :***

Ценностный потенциал спорта. Валеологическое воспитание: педагогическая технология формирования здорового стиля жизни подрастающего поколения. Инновационные технологии в физическом воспитании и их место в системе

профессиональной подготовки специалистов по массовому и профессиональному спорту.

#### **Модуль 14. Тренировочная и соревновательная деятельность :**

Технологии массового спорта. Олимпийское образование: концептуальные основы и технология реализации. Спортивная культура. Спортизация общеобразовательных школ и механизмы ее реализации.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК): <b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – этапы спортивной тренировки; – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – положения и требования нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; уметь: – проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки по гимнастике; владеть: – основами проведения тестирования физического состояния, физической работоспособности и подготовленности занимающихся.
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	знать: – анатомио-физиологические и психологические особенности занимающихся; – критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; уметь: – использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для занятия гимнастикой; владеть: – приемами оценки физического развития и функционального состояния занимающихся.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</b>	
ПК-5.1 Знает технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.	знать: – значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; – технологии профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта; уметь: – оценивать уровень физической, технической и тактической подготовленности в соответствии с особенностями избранного вида спорта; владеть:

	– технологиями профессионального спортивного совершенствования в соответствии с особенностями избранного вида спорта.
ПК-5.2 Использует эффективные средства и методы для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрирует технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели;</li> <li>– методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами избранного вида спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать эффективные средства и методы для совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– демонстрировать технику движений, технико-тактические действия избранного вида спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</li> <li>– навыками выполнения техники движений, технико-тактических действий, средств выразительности в соответствии с особенностями избранного вида спорта.</li> </ul>
<b>ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта</b>	
ПК-25.2 Умеет разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории, использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по видам спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории;</li> <li>– требования, предъявляемые к оборудованию и спортивному инвентарю на занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом использования инвентаря и оборудования на занятиях по избранному виду спорта.</li> </ul>
ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику проведения занятий по избранному виду спорта;</li> <li>– правила соревнований по избранному виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– рационально использовать инвентарь и оборудование на занятиях по избранному виду спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования.</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 14 з.е., 504 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Кокурин А. В., старший преподаватель Паршина Н. А., старший преподаватель Иванова Е. Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов системы научно-практических знаний особенностей контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, умений осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки, руководство соревновательной деятельностью спортсменов, проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности и навыков в области подготовки спортсменов высокой квалификации для результативного обеспечения профессиональной деятельности в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

- охарактеризовать закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся;
- раскрыть виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;
- формировать теоретико-методические и организационно-управленческие основы подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта;
- научить планировать, правильно организовывать и проводить научный эксперимент по определению эффективности построения учебно-тренировочного процесса, статистически обрабатывать и анализировать результаты, обобщать и оформлять результаты исследований;
- формировать умения разрабатывать планы тренировочных занятий; проводить систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся, в том числе с использованием эксперимента, на этапах спортивной подготовки; выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;
- овладеть технологиями подготовки спортсменов высокой квалификации;
- совершенствовать технико-тактический арсенал и физическую подготовку в избранном виде спорта;
- овладеть знаниями и умениями организации и проведения соревнований различного уровня по избранному виду спорта;
- формировать умения осуществлять контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.11 «Система подготовки спортсменов высокой квалификации» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.11 «Система подготовки спортсменов высокой квалификации» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.29(П) Производственная (тренировочная) практика

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.10 Повышение спортивного мастерства

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.03.07 Элективные курсы по физической культуре и спорту.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теория и технология обучения гимнастическим упражнениям:**

Основы обучения гимнастическим упражнениям. Прогнозирование способностей гимнастов и методика отбора детей для занятий гимнастикой со спортивной направленностью.

**Модуль 2. Основы технологии подготовки гимнастов высокой квалификации:**

Основы спортивной тренировки юных гимнастов. Организация и проведение соревнований по гимнастике. Методические основы технологии подготовки гимнастов высокой квалификации.

**Модуль 3. Моделирование подготовки гимнастов высокой квалификации:**

Модели и модельные характеристики подготовки гимнастов высокой квалификации. Планирование и проектирование подготовки гимнастов.

**Модуль 4. Система подготовки гимнастов:**

Система интегральной подготовки гимнастов.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b>	
ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.	знать: – закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; – принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся; уметь: – определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; – подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся; владеть: – приемами применения базовых методов и методик исследования психических процессов, проведения тестирования подготовленности занимающихся.
ОПК-9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	знать: – методы измерения и оценки физического развития, функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола, оценки двигательных качеств; – методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности занимающихся; уметь: – интерпретировать результаты измерений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; – подбирать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся; – определять показатели физической подготовленности анализировать в соответствии с нормативными требованиями; владеть: – опытом применения методов измерений основных параметров физического состояния в покое и при нагрузках.
<b>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</b>	

<p>ОПК-11.1 Планирует, правильно организовывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальные проблемы и тенденции развития научных исследований в области физической культуры и спорта;</li> <li>– алгоритм построения педагогического эксперимента, способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных их оформление;</li> <li>– методологические подходы к научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять методологию научного исследования;</li> <li>– представлять результаты собственных исследований;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом проведения исследований по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– опытом публичной защиты результатов собственных научных исследований.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки***

<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>– документы учета результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять планирование и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>– требования к составлению планов тренировочных занятий в соответствии с ФССП по виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать планы тренировочных занятий в соответствии с требованиями ФССП по виду спорта;</li> <li>– проводить учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса;</li> <li>– выявлять проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки;</li> <li>– научно-обоснованными приемами определения перспективности занимающихся.</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов***

<p>ПК-4.1 Знает правила</p>	<p>знать:</p>
-----------------------------	---------------

<p>соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин), организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– правила соревнований;</li> <li>– документы планирования и проведения соревнований;</li> <li>– особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>– обязанности организаторов и судей соревнований;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить соревнования различного уровня;</li> <li>– обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами осуществления объективного судейства соревнований.</li> </ul>
<p>ПК-4.2 Оценивает процесс и результаты соревновательной деятельности спортсменов.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– документы планирования и проведения соревнований;</li> <li>– особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>– обязанности организаторов и судей соревнований;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать процесс и результаты соревновательной деятельности спортсменов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами оценки процесса и результатов соревновательной деятельности спортсменов.</li> </ul>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 з.е., 180 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Паршина Н. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.12 Теория и методика физической культуры**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – обучение студентов факультета физической культуры теоретическим знаниям и практическим навыкам в области теории и методики физической культуры и спорта, необходимых для осуществления на научной основе тренировочного процесса, соревновательной и спортивно-прикладной деятельности в физическом воспитании, спорте и массовой физической культуре.

Задачи дисциплины:

- освоение студентами основ теории и методики физической культуры и спорта, сущности понятий и терминов современной науки о физкультуре и спорте;
- воспитание педагогического мышления и формирование системы специальных знаний и умений для обобщения опыта передовой практики;
- самостоятельно разрабатывать новые пути физического совершенствования детей и внедрения физического воспитания в широкие слои населения;
- формирование фундаментальных знаний и умений, необходимых будущему тренеру для направленного освоения новых сведений, для правильной оценки роли смежных научных дисциплин в реализации задач физической культуры, для создания базы личного педагогического совершенствования и творчества.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.12 «Теория и методика физической культуры» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.12 «Теория и методика физической культуры» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов
- К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта
- К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности
- К.М.05.14 Профилактика применения допинга.

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Профессионально-прикладная физическая подготовка:**

Теория и методика как научная дисциплина. Теория и методика физического воспитания и спорта в системе профессионального физкультурного образования. Система физического воспитания в РФ. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, основанная на одном из видов спорта (баскетбол).

##### **Модуль 2. Планирование и контроль в физическом воспитании:**

Программа занятий по физическому воспитанию школьников отнесенных к специальной медицинской группе (методические рекомендации). Содержание и форма физических упражнений. Требования к организации внеклассной работы. Формы организации работы. Педагогическое руководство внеклассной работой.

Планирование ППФП. Положение о коллективе физической культуры общеобразовательной школы. Построение и основы методики ППФП.

##### **Модуль 3. Технология преподавания предмета «Физическая культура»:**

Общая характеристика средств физического воспитания. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Понятие о содержании и форме физического упражнения. Техника физических упражнений. Физическое упражнение как биодинамическая

структура. Классификация физических упражнений. Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Нагрузка и отдых как основные факторы метода строгой регламентации.

#### ***Модуль 4. Физическое воспитание детей школьного возраста:***

Содержание и форма физических упражнений. Методы контроля (тестирование, опрос). оценка и учет успеваемости. Документы, регламентирующие постановку физического воспитания в общеобразовательной школе. Методика развития скоростных способностей. силовые способности.

#### ***Модуль 5. Документы, регламентирующие постановку физического воспитания в СОШ:***

Планирование в области физической культуры и спорта. Требования к планированию в физическом воспитании. Методическая последовательность планирования. Виды, формы планирования, документы. Основные виды педагогического контроля. Учет успеваемости, его виды, документы учета. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию. Примерный перспективный план работы у спортсменов на год. План-конспект тренировочного занятия. Календарь спортивно-массовых мероприятий. Расписание занятий секций.

***Модуль 6. Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия в школе:*** Значение и задачи физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.

Формы организации физического воспитания школьников. Программы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.

#### ***Модуль 7. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня:***

Физическое воспитание студенческой молодежи. физическое воспитание взрослого населения. Дидактические основы теории и методики физического воспитания и спорта. Сущность и специфика обучения в физическом воспитании и спорте. Уровни освоения двигательного действия в процессе обучения. Особенности обучения двигательным действиям. Реализация принципов обучения в физическом воспитании и спорте.

#### ***Модуль 8. Содержание внеклассной работы по физическому воспитанию и спорту в школе:***

Характеристика форм физического воспитания. Формы организации занятий в физическом воспитании. Внеклассная работа по физическому воспитанию. Внешкольная работа по физическому воспитанию. Методика проведения тренировочных занятий. Педагогический анализ тренировочного занятия.

#### ***7. Требования к результатам освоения дисциплины***

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.</p>	<p>знать: – возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков; уметь: – осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики; владеть: – общими основами теории и методики физической культуры, анатомо-морфологическими и психологическими особенностями занимающихся, основными средствами и методами их физического воспитания.</p>
<p>ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.</p>	<p>знать: – общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания; уметь: – применять в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности; владеть: – основными положениями теории и методики физической культуры.</p>
<p><b><i>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i></b></p>	
<p>ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать: – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; уметь: – осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий; владеть: – навыками спортивного отбора.</p>
<p>ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.</p>	<p>знать: – антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; уметь: – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; владеть: – навыками проведения комплексного контроля.</p>
<p><b><i>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></b></p>	

<p>ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>знать: – ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности; уметь: – проектировать ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности; владеть: – установками на ведение здорового образа жизни.</p>
<p>ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.</p>	<p>знать: – содержание лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей; уметь: – планировать содержание и проводить лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей; владеть: – навыками здорового образа жизни.</p>
<p>ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>знать: – ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни; уметь: – развивать у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни; владеть: – навыками ведения здорового образа жизни.</p>
<p><b><i>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</i></b></p>	
<p>ОПК-11.1 Планирует, правильно организовывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.</p>	<p>знать: – основные положения планирования, организации и проведения научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; уметь: – объяснять сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения; владеть: – методикой статистически обрабатывать и анализировать результаты, обобщать и оформлять результаты исследований.</p>

<p>ОПК-11.2 Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.</p>	<p>знать: – информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся; уметь: – проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности; владеть: – навыками применения информационных технологий для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.</p>
<p><b><i>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</i></b></p>	
<p>ОПК-14.1 Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>знать: – основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов; уметь: – осуществлять планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов; владеть: – навыками планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.</p>
<p>ОПК-14.2 Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>знать: – технологии планирования, методического обеспечения и контроля тренировочного и образовательного процессов; уметь: – осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса; владеть: – навыками планирования и методического обеспечения тренировочного процесса.</p>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.***

<p>ПК-1.1 Знает виды, содержание, технологию планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать: – методику подготовки спортсменов; уметь: – разрабатывать перспективный, индивидуальный планы спортивной подготовки, конспекты тренировочных занятий; владеть: – навыками учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ПК-1.2 Разрабатывает планы тренировочных занятий; проводит систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивной подготовки; выявляет проблемы и резервы улучшения результативности тренировочного процесса.</p>	<p>знать: – методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;</p> <p>уметь: – разрабатывать перспективный, индивидуальный планы спортивной подготовки, конспекты тренировочных занятий;</p> <p>владеть: – навыками по выявлению проблемы и резервов улучшения результативности тренировочного процесса.</p>
<p>ПК-1.3 Владеет навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта; опытом оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности.</p>	<p>знать: – федеральные стандарты спортивной подготовки и программы спортивной подготовки по виду спорта;</p> <p>уметь: – оценивать результаты тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</p> <p>владеть: – навыками планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки и программы спортивной подготовки по виду спорта.</p>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 13 з.е., 468 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шиндина И. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.13 История физической культуры и спорта**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – сформировать мировоззренческие взгляды на становление, состояние и развитие физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества.

Задачи дисциплины:

– раскрыть роль и место физической культуры на протяжении всей истории человеческого общества;

– создать в сознании студентов образ олимпийского движения как наглядную запоминающуюся модель современного общества с его общечеловеческими, организационными, духовными, эстетическими и правовыми нормами и атрибутами;

– раскрыть значение спортивно-педагогической деятельности и показать с научных позиций различные ее направления, особенности эволюции.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.13 «История физической культуры и спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.13 «История физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.05.23 Спортивные сооружения

К.М.05.08 Теория и методика избранного вида спорта.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Зарубежная физическая культура с древнейших времен до настоящего времени:**

Место учебной дисциплины «История физической культуры и спорта» среди других учебных дисциплин. Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе. Физическая культура в Средние века. Зарубежные системы физической культуры и спорта в период с XVIII в. до настоящего времени.

**Модуль 2. Физическая культура в России с древнейших времен до настоящего времени:**

Физическая культура в России с древнейших времен до второй половины XIX в. Создание развитие в России системы физического воспитания и современных видов спорта во второй половине XIX – начале XX в.в. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Становление и развитие физической культуры как учебного предмета в общеобразовательной школе. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

**УК-6. УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни**

УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории

знать:  
– цели управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;

саморазвития.	уметь: – оценивать личностные ресурсы по достижению целей; владеть: – навыками управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.
---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></b>	
ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	знать: – основы формирования ценностных ориентаций и мотиваций на ведение здорового образа жизни; уметь: – развивать у занимающихся познавательную активность направленную на ведение здорового образа жизни; – развивать у занимающихся ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни; владеть: – навыками развития у занимающихся познавательной активности направленной на ведение здорового образа жизни.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b><i>ПК-7. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся</i></b>	
ПК-7.2 Применяет перечисленный комплекс знаний при организации и проведении учебных занятий по физической культуре с детьми разного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организывает внеклассную физкультурно-спортивную работу.	знать: – особенности организации и проведения учебных занятий с обучающимися в образовательных организациях; уметь: – применять комплекс знаний при организации и проведении учебных занятий с обучающимися в образовательных организациях; владеть: – навыками организации внеклассной физкультурно-спортивной работы.

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Трескин М. Ю.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.14 Профилактика применения допинга**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов, будущих тренеров и спортивных педагогов антидопинговой компетентности, способствующей предотвращению преднамеренного или непреднамеренного применения запрещенных субстанций и методов.

Задачи дисциплины:

- сформировать понятие о допингах в спорте;
- изучить структуру и содержание основного антидопингового документа – Всемирного антидопингового кодекса;
- изучить последствия длительного применения запрещенных средств и методов для организма спортсменов, острых отравлений допингами;
- изучить последствия применения допинга для статуса и карьеры спортсмена;
- рассмотреть причины распространения и пути предотвращения распространения допинга в спорте.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.14 «Профилактика применения допинга» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.14 «Профилактика применения допинга» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности

К.М.03.06 Физическая культура и спорта

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

К.М.05.24 Спортивная биохимия

К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. *Процедурный и нормативный регламент антидопингового обеспечения спорта:***

История возникновения допинга и антидопингового движения. Основные группы допинговых средств. Классификация. Международный стандарт «Запрещенный список». Юридические и правовые вопросы применения допинга в спорте высоких достижений. Допинг-контроль: организация, порядок проведения. Наказания, предусмотренные за нарушение антидопинговых правил. Права и обязанности спортсмена и лиц, принимающих участие в его подготовке, в сфере антидопингового обеспечения спорта.

**Модуль 2. *Причины применения и пути предотвращения применения допинга в спорте:***

Работоспособность и спортивная деятельность. Допинги – стимуляторы физической и психической работоспособности спортсмена. Признаки острых отравлений допингами и неотложная помощь при них. Последствия длительного применения запрещенных средств и методов для организма спортсмена. Морально-этическая сторона применения допинговых препаратов в спорте. Допинг – как социальная проблема. Альтернативные средства и методы повышения работоспособности и ускорения восстановления (альтернатива допингу).

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</b>	
ОПК-8.1 Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биохимические механизмы действия допингов и опасность их применения для организма.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– международное и российское антидопинговое законодательство;</li> <li>– основные группы допинговых веществ;</li> <li>– физиологические и биохимические механизмы действия допингов, опасность их применения для организма;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать антидопинговое законодательство;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга.</li> </ul>
ОПК-8.2 Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы профилактики применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– консультировать занимающихся по вопросам выполнения антидопинговых правил;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-3. Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</b>	
ПК-3.1 Знает основы организации здорового образа жизни, методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы организации здорового образа жизни;</li> <li>– методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать официальные информационные ресурсы антидопинговой направленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.</li> </ul>
ПК-3.2 Владеет навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и способы организации мероприятий медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</li> </ul>
<b>ПК-23. Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению</b>	
ПК-23.2 Ориентируется в положениях нормативных	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принципы борьбы с допингом, процедуры допинг– контроля;</li> </ul>

<p>актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.</p>	<p>уметь:          – ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом;          владеть:          – навыками работы с положениями нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.</p>
<p>ПК-23.3 Владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</p>	<p>знать:          – основы планирования мероприятий по профилактике применения допинга;          уметь:          – формировать у обучающихся мотивацию к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции;          владеть:          – навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</p>

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л. Е.

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **К.М.05.15 Массаж**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – подготовка студента к профессиональной деятельности, к грамотному применению массажа в спортивной практике, а также для коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья.

Задачи дисциплины:

- формирование системы медико-биологических понятий, необходимой для более глубокого понимания особенностей различной патологии;
- освоение студентами общих правил выполнения процедур массажа;
- освоение основных массажных приемов;
- формирование знаний о способах укрепления собственного здоровья, поддержания физической активности и работоспособности;
- формирование знаний о способах и методах восстановления организма, комплексного и гармоничного развития физических возможностей, улучшения психоэмоционального состояния;
- профессиональное самоопределение и формирование мотивации к трудовой деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.15 «Массаж» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.15 «Массаж» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

К.М.05.18 Спортивная медицина.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общие основы массажа:**

Введение в дисциплину. Физиологическое влияние массажа на органы и системы. Показания и противопоказания к массажу.

**Модуль 2. Виды и формы лечебного массажа:**

Виды лечебного массажа. Классический массаж. Точечный массаж.

**Модуль 3. Методика выполнения массажа при заболеваниях внутренних органов:**

Методика выполнения массажа при сердечно-сосудистой патологии. Методика выполнения массажа при заболеваниях бронхолегочной системы. Методика выполнения массажа при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушении обмена веществ.

**Модуль 4. Методика выполнения массажа при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата:**

Методика выполнения массажа при ортопедической патологии. Методика выполнения массажа при травмах опорно-двигательного аппарата. Методика массажа при заболеваниях суставов.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>	
ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	знать: – анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды; – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; – показания и противопоказания к массажу; уметь: – использовать накопленные в области физической культуры и спорта знания для стремления к здоровому образу жизни, навыкам профилактики и контроля состояния своего организма в процессе занятий спортом, потребности в регулярных физкультурных занятиях; – определять состояния организма, требующие применения процедуры массажа; владеть: – умениями и навыками применения массажных приемов для восстановления работоспособности или поддержания нормальной жизнедеятельности в ходе занятий физической культурой и спортом.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</b>	
ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	знать: – классификацию и физиологическую сущность массажа; – основные приемы массажа; уметь: – применять индивидуальные методики массажа и самомассажа; – подбирать средства и методы массажа с учетом индивидуальных особенностей занимающихся; владеть: – техникой массажа в зависимости от индивидуальных возможностей занимающегося.
ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	знать: – технику различных видов массажа в зависимости от индивидуальных особенностей организма; уметь: – применять опыт реализации индивидуального подхода в процессе массажа; владеть: – приемами и техникой массажа отдельных частей тела в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, канд. мед. наук, доцент Елаева Е. Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – ознакомление студентов с биомеханическими основами техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности, вооружение будущих учителей теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для научно-обоснованного планирования отбора, тренировки, моделирования соревновательной деятельности в физическом воспитании и спорте.

Задачи дисциплины:

- научить студентов анализировать технику и тактику движений;
- сформировать представление о способах моделирования и оптимизации обучения двигательным действиям;
- помочь приобрести навыки использования биомеханических методов, специальных тренажеров;
- ознакомить с теоретическими концепциями современных направлений в биомеханике.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.16 «Биомеханика двигательной деятельности» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.16 «Биомеханика двигательной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.05.25(Пд) Преддипломная практика.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая биомеханика:**

Предмет и история биомеханики. Кинематика движений человека. Динамика движений человека.

**Модуль 2. Биомеханика двигательных действий:**

Механическая работа и энергия при движениях человека. Движения вокруг осей. Перемещающие движения.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

**ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий**

ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.	знать: – предмет, задачи, содержание и терминологию биомеханики; уметь: – формулировать конкретные задачи физического воспитания и находить пути решения посредством применения биомеханических методов, средств и технологий; владеть: – представлением о путях совершенствования физической подготовленности с учетом новейших достижений в биомеханике физических упражнений и их использовании в
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	спортивной педагогике.
ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биомеханические характеристики строения опорно-двигательного аппарата человека;</li> <li>– кинематические, динамические и энергетические характеристики двигательных действий человека и методы их измерения;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формулировать конкретные задачи физического воспитания и находить пути решения посредством применения биомеханических методов, средств и технологий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– представлением о путях совершенствования физической подготовленности с учетом новейших достижений в биомеханике физических упражнений и их использовании в спортивной педагогике.</li> </ul>
<b><i>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</i></b>	
ОПК-9.1 Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предмет, задачи, содержание и терминологию биомеханики;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять биомеханический анализ и контроль техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками биомеханического анализа и синтеза, как методом исследования.</li> </ul>
ОПК-9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные методы, технические средства и методики биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять контроль в физическом воспитании и спорте;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками биомеханического анализа и синтеза, как методом исследования.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b><i>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</i></b>	
ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биомеханические характеристики строения опорно-двигательного аппарата человека;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать методы биомеханической, педагогической и психологической диагностики;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проведения биомеханического анализа и контроля</li> </ul>

	техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности спортсмена с учетом индивидуально-типологических особенностей.
ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и средства биомеханических технологий формирования и совершенствования движений человека с учетом индивидуально-типологических особенностей;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять причины возникновения у обучающихся ошибок в технике движений, подбирать индивидуальные приемы и средства для их устранения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проведения биомеханического анализа и контроля техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности спортсмена с учетом индивидуально-типологических особенностей.</li> </ul>
ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и средства биомеханических технологий формирования и совершенствования движений человека с учетом индивидуально-типологических особенностей;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять причины возникновения у обучающихся ошибок в технике движений, подбирать индивидуальные приемы и средства для их устранения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проведения биомеханического анализа и контроля техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности спортсмена с учетом индивидуально-типологических особенностей.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.17 Спортивная морфология**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – изучение закономерностей изменения внешних форм тела и внутреннего строения организма спортсменов, его отдельных органов и систем под влиянием физических нагрузок.

Задачи дисциплины:

- изучение морфофункциональные проявления адаптации организма на разных уровнях его организации к действию физических нагрузок с учетом средств и методов физической культуры;
- установление информативности морфофункциональных признаков как критериев контроля за состоянием тренированности спортсмена;
- определение морфофункциональных признаков, которые могут быть использованы в качестве критериев спортивного отбора и спортивной ориентации.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.17 «Спортивная морфология» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.17 «Спортивная морфология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.02.2 Комплексный медико-биологический контроль в спорте
- К.М.03.03 Физиология человека
- К.М.03.04 Основы медицинских знаний.

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Пропорции тела и конституциональные особенности спортсменов разных специализаций:**

Введение. Спортивная морфология как наука. Интегральные и частные показатели биологического возраста. Конституциональная морфология. Конституции тела человека.

##### **Модуль 2. Общие закономерности развития компенсаторно-приспособительных процессов при занятиях спортом :**

Адаптация к физическим нагрузкам систем исполнения движений практическое занятие. Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений. Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе. Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций. Морфологические проявления компенсаторно-приспособительных процессов.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.</p>	<p>знать: – патоморфологические изменения органов и систем организма, возникающие при нерациональном тренировочном режиме и физических перегрузках; уметь: – правильно оценивать морфофункциональные изменения в организме спортсмена, которые происходят в процессе занятий спортом; владеть: – навыками соматоскопического и антропологического обследования спортсменов.</p>
<p><b>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b></p>	
<p>ОПК-2.1 Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки.</p>	<p>знать: – реактивные, адаптационные и компенсаторные изменения в организме спортсмена на разных уровнях его строения: клеточном, тканевом, органном и системном; уметь: – определять морфологические признаки, которые могут быть использованы в качестве критериев спортивного отбора и ориентации; владеть: – технологиями приобретения и способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды.</p>
<p>ОПК-2.2 Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка.</p>	<p>знать: – антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; уметь: – устанавливать взаимосвязи строения и функций на молекулярном, клеточном, органном и системном уровнях; владеть: – навыками анализа и прогнозирования спортивной одаренности (способности) ребенка.</p>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<p><b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</b></p>	
<p>ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.</p>	<p>знать: – основные антропометрические характеристики телосложения спортсменов различных специализаций; уметь: – определять индивидуально-типологические особенности строения тела занимающегося; владеть: – способностью предвидеть и по возможности снижать негативные влияния различных видов спорта на анатомические структуры (кости, связки, мышцы и др.) с учетом индивидуально-типологических особенностей спортсмена.</p>

<p>ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</p>	<p>знать: – размеры тела, пропорции тела, положение центра тяжести, типы телосложения спортсменов различных специализаций; уметь: – выявлять индивидуальные возможности занимающихся; владеть: – навыками отбора средств и методов физического воспитания для проведения тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</p>
<p>ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>знать: – технологию организации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки; уметь: – реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки; владеть: – навыком применения негативных влияний различных видов спорта на анатомические структуры (кости, связки, мышцы и др.) с учетом индивидуально-типологических особенностей спортсмена.</p>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатъева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.18 Спортивная медицина**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – ознакомление студентов с системой медицинского обеспечения физкультурно-спортивной деятельности, направленной на повышение эффективности тренировочного процесса на основе индивидуального подхода.

Задачи дисциплины:

– освоение основных понятий и терминов спортивной медицины, знаний об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта;

– приобретение практических навыков оценки физического развития и функциональных возможностей занимающихся физической культурой и спортом, методами врачебно-педагогических наблюдений;

– освоение медико-биологических и психологических основ и технологий тренировки в избранном виде спорта;

– приобретение практических навыков по исследованию основных систем организма занимающихся физической культурой и спортом;

– формирование навыков профилактики и оказания первой помощи при травмах и неотложных угрожающих жизни состояниях, возникающих при занятиях физической культурой и спортом.

– формирование умений организовать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа;

– формирование навыков использования в спортивной подготовке средств и методов профилактики травматизма и заболеваний.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.18 «Спортивная медицина» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.18 «Спортивная медицина» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки

К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике К.М.06.05(П)

Производственная (тренерская) практика

К.М.03.04 Основы медицинских знаний К.М.05.15 Массаж

К.М.05.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Врачебно-педагогический контроль в спортивной практике:**

Предмет «Спортивная медицина». Врачебно-педагогический контроль и исследование сердечно-сосудистой системы (ССС). Исследование и оценка физического развития и опорно-двигательного аппарата. Исследование СССР.

**Модуль 2. Патология в спортивной практике:**

Исследование дыхательной и нервной систем. Врачебно-педагогический контроль и оценка физического развития. Функциональная диагностика (тестирование физической работоспособности).

**Модуль 3. Врачебный контроль. Функциональная диагностика:**

Основы общей патологии. Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем

спортсменов. Заболевания нервной, эндокринной и зрительной систем.

**Модуль 4. Врачебный контроль за состоянием здоровья спортсменов и лиц различного возраста и пола, занимающихся:**

Заболевания органов пищеварения, мочевого выделения и ЛОР-органов. Заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата. Перенапряжение в спортивной практике.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные положения теории физической культуры и спортивной тренировки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять анатомо-физиологические и возрастные особенности занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методикой антропометрии и физиометрии.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– физиологические основы спортивной тренировки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять индивидуальные параметры эффективности спортивной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способностью интерпретации физиометрических данных в процессе врачебно-педагогических наблюдений.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК)

в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</b>	
ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные антропометрические характеристики телосложения спортсменов различных специализаций;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять индивидуально-типологические особенности строения тела занимающегося;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способностью предвидеть и по возможности снижать негативные влияния различных видов спорта на анатомические структуры (кости, связки, мышцы и др.) с учетом индивидуально-типологических особенностей спортсмена.</li> </ul>
ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– размеры тела, пропорции тела, положение центра тяжести, типы телосложения спортсменов различных специализаций;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выявлять индивидуальные возможности занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками отбора средств и методов физического воспитания для проведения тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</li> </ul>

<p>ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>знать:          – технологию организации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки;          уметь:          – реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки;          владеть:          – навыком применения негативных влияний различных видов спорта на анатомические структуры (кости, связки, мышцы и др.) с учетом индивидуально-типологических особенностей спортсмена.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.19 Спортивная физиология**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов, будущих тренеров компетентности в вопросах планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, анализа организации тренировочного и образовательного процессов, физиологических и психологических основ адаптации к физическим нагрузкам и резервных возможностей организма, функциональных изменений и состояний организма при спортивной деятельности.

Задачи дисциплины:

- ознакомить с общими основами теории и методики физической культуры, анатомо-морфологическими и психологическими особенностями занимающихся, основными средствами и методами их физического воспитания
- раскрыть критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки;
- обеспечить необходимыми знаниями физиологических закономерностей жизнедеятельности организма человека при мышечной деятельности;
- рассмотреть возрастно-половые особенности развития различных физиологических систем организма человека и онтогенетические особенности адаптации к мышечной деятельности;
- изучить индивидуальные возможности занимающегося; правила подбора средств и методов тренировки с учетом индивидуальных особенностей спортсменов;
- изучить основные физиологические механизмы управления движениями;
- изучить физиологические особенности занятий отдельными видами спорта;
- рассмотреть закономерности состояний организма, возникающих при занятиях спортом;
- сформировать у будущих тренеров необходимые знания, умения и навыки для обеспечения индивидуализации тренировочного процесса;
- изучить физиологические основы тренированности и дать обоснование периодизации спортивной тренировки.
- рассмотреть правила проведения анализа организации тренировочного и образовательного процессов;
- изучить особенности разработки предложений по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов, планирования развития методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.19 «Спортивная физиология» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.19 «Спортивная физиология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.24 Спортивная биохимия
- К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности
- К.М.05.18 Спортивная медицина
- К.М.05.15 Массаж
- К.М.05.14 Профилактика применения допинга
- К.М.05.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности

- К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте  
 К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки  
 К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике  
 К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов  
 К.М.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации.

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Общая физиология спорта:**

Физиология спорта как учебная и научная дисциплина, ее цель, задачи и содержание, основные понятия. Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физическая работоспособность спортсмена. Физиологические основы утомления спортсменов. Физиологическая характеристика восстановительных процессов.

##### **Модуль 2. Частная физиология спорта:**

Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений.

Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств. Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков и обучения спортивной технике. Физиологические основы развития тренированности. Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды. Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Физиолого-генетические особенности спортивного отбора.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
 Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие закономерности строения организма, механизмы регуляции функций в процессе жизнедеятельности и выполнении мышечной работы различного вида, характера, мощности;</li> <li>– методы исследования в спортивной физиологии;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами оценки определения зрелости, функционального состояния человека и отдельных систем органов в покое и при физической работе.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– адаптационные механизмы и возможности, функциональные изменения организма при физических нагрузках;</li> <li>– физиологическую классификацию и характеристику физических упражнений;</li> <li>– физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить оценку сформированности организма человека на различных этапах развития и давать анализировать результаты</li> </ul>

	контроля; владеть: – методами антропометрии.
--	----------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-12. Способен проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по ее совершенствованию</b>	
ПК-12.1 Знает цели, задачи и содержание тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– цели, задачи и содержание тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовать и сопровождать тренировочный и образовательный процессы в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средствами, методами и технологиями организации и сопровождения тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
ПК-12.2 Проводит анализ организации тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подходы и направления организации тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средствами и методами анализа организации тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
ПК-12.3 Владеет навыками разработки предложений по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, планирования развития методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологии совершенствования тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать предложения по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки предложений по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
<b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</b>	

<p>ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.</p>	<p>знать:          – принципы дифференциации и индивидуализации в спорте;          – закономерности развития физических качеств в онтогенезе;</p> <p>уметь:          – использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности;</p> <p>владеть:          – методами контроля динамики морфофункциональных изменений в организме человека при выполнении физической деятельности.</p>
<p>ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</p>	<p>знать:          – закономерности, методы исследования и анализа индивидуальных возможностей занимающегося;</p> <p>уметь:          – использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий;</p> <p>владеть:          – способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок.</p>
<p>ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>знать:          – закономерности общей и спортивной физиологии в процессе проведения научно-исследовательской работы по проблемам спортивной тренировки;</p> <p>уметь:          – использовать средства, улучшающие адаптацию, акклиматизацию, выявлять оптимальный уровень нагрузки;</p> <p>владеть:          – навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники.</p>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л. Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у обучающихся знаний и умений об основополагающих вопросах гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, навыков комплексного применения гигиенических требований при организации физкультурно-спортивных мероприятий для ведения здорового образа жизни.

Задачи дисциплины: формировать способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

- формировать способность планировать содержание занятий с учетом анатомо-морфологических, физиологических, биохимических, биомеханических, психологических особенностей физкультурно-спортивной деятельности;

- формировать способность осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установки на ведение здорового образа жизни;

- формировать способность организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

- формирование способности соблюдать требования безопасности, санитарные и гигиенические правила и нормы, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

- освоение знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.20 «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.20 «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки

К.М.05.18 Спортивная медицина

К.М.05.23 Спортивные сооружения

К.М.05.14 Профилактика применения допинга.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Роль и место гигиены в физкультурно-спортивной деятельности:**

Предмет и задачи гигиенической науки в аспекте физической культуры и спорта.

Гигиена в системе физкультурно-спортивной деятельности как основа профилактики заболеваний и здорового образа жизни. Эколого-гигиенические особенности факторов окружающей среды при занятиях физической культурой и спортом. Личная гигиена как основа укрепления здоровья и повышения спортивной работоспособности. Гигиена спортивной одежды и обуви. Гигиенические требования к спортивным сооружениям.

## **Модуль 2. Гигиеническое обеспечение в подготовке занимающихся физической культурой и спортом:**

Закаливание в системе физкультурно-спортивной деятельности. Гигиеническая адекватность питания при физкультурно-спортивной деятельности. Гигиена тренировочного процесса и соревнований. Гигиенические средства восстановления и спортивной работоспособности. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в отдельных видах спорта. Гигиенические основы массовой физической культуры на производстве по месту жительства.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	знать: – общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся; уметь: – выявлять анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся; владеть: – навыками использования средств и методов физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся.
<b><i>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></b>	
ОПК-6.1 Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.	знать: – цели, задачи и характер физкультурно-спортивной деятельности; уметь: – проектировать ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности; владеть: – методами формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-6.2 Планирует содержание и проводит лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.	знать: – методы пропаганды здорового образа жизни среди различных групп населения; уметь: – планировать содержание и проводить лекции и беседы с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей; владеть: – способами проведения лекций и бесед с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.

ОПК-6.3 Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы формирования мотивационно-ценностной ориентации и установки ведения здорового образа жизни;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развивать у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки ведения здорового образа жизни.</li> </ul>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b><i>ПК-3. Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</i></b>	
ПК-3.1 Знает основы организации здорового образа жизни, методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы организации здорового образа жизни;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать здоровый образ жизни;</li> <li>– применять методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации здорового образа жизни и использования методов организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.</li> </ul>
ПК-3.2 Владеет навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</li> </ul>

#### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, доктор биол. наук, профессор Федотова Г. Г.

*Аннотация рабочей программы дисциплины*  
*К.М.05.21 Научно-методическая деятельность*

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – сформировать у обучающихся навыки научного мышления, научить основам организации и технологии проведения методической и научно-исследовательской работы в области физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- формирование профессиональной компетентности, необходимой для эффективной организации научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта;
- знакомство с проблематикой научных исследований в области физической культуры и спорта;
- освоение методик проведения научных исследований в области физической культуры и спорта;
- формирование способности обрабатывать, анализировать, систематизировать и обобщать результаты научно-педагогической деятельности в области физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.21 «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.21 «Научно-методическая деятельность» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.25(Пд) Преддипломная практика

Б3.02 (Д) Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

Б3.01 (Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Научно-методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта:**

Общее понятие о науке как сфере человеческой деятельности. Характеристики научного познания. Критерии научности знания. Классификации научного знания. Формы организации научного знания: факт, положение, понятие, принцип, идея, закон, гипотеза, теория, концепция.

Подготовка научно-методических кадров в области физической культуры и спорта. Взаимосвязь научной, методической и учебной деятельности в профессиональном образовании студентов и преподавателей. Научно-исследовательская работа в области физической культуры и спорта. Характеристика видов научных и методических работ в области физической культуры и спорта.

**Модуль 2. Организация научно-исследовательской деятельности:**

Основные требования, предъявляемые к научно-исследовательским работам. Планирование научно-исследовательских работ. Оформление научно-исследовательской работы, подготовка и защита работы. Рубрикация текста, язык и стиль научно-исследовательской работы. Критерии качества научно-исследовательских работ (проблема, тема, актуальность, объект и предмет исследования, цели и задачи, гипотеза, новизна, теоретическая и практическая значимость). Внедрение результатов в практику физической культуры и спорта.

Характеристика методов исследования. Поиск и обработка научной информации.

Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией. Педагогическое наблюдение. Методы опроса. Контрольные испытания. Экспертное оценивание.

Хронометрирование. Педагогический эксперимент. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности Характеристика видов измерительных шкал. Вычисления коэффициента достоверности различий между двумя независимыми результатами по t-критерию Стьюдента.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b><i>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</i></b>	
ОПК-11.1 Планирует, правильно организовывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретико-методические основы научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правильно организовывать и проводить научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>– анализировать результаты собственных научных исследований;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками статистической обработки и анализа результатов исследования;</li> <li>– навыками оформления результатов исследований.</li> </ul>
ОПК-11.2 Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– информационными технологиями для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b><i>ПК-3. Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</i></b>	
ПК-3.1 Знает основы организации здорового образа жизни, методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы организации научно-методической деятельности в спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать методы организации научно-методической деятельности в спорте;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования методов организации научно-методической деятельности в спорте.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.22 Спортивная метрология**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – ознакомить студентов с методами контроля, измерения и статистической обработки исходных данных в физическом воспитании и спорте для рационального планирования учебно-тренировочных занятий, проведения исследований по определению эффективности используемых средств и методов тренировки.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний основ теории и методики физической культуры, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся, основных средств и методов их физического воспитания;
- формирование знаний о метрологических основах спортивных измерений и современной теории и практики комплексного контроля в физическом воспитании и спорте;
- привитие навыков самостоятельной работы при проведении тестирования состояния и подготовленности лиц, принадлежащих к различному контингенту по полу, возрасту, физическому развитию и подготовленности;
- подготовка к осуществлению практической деятельности по использованию методов математической статистики для обработки и анализа материала, в ходе проведения контроля;
- подготовка к осуществлению в практической деятельности научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистической обработке и анализа результатов, обобщению и оформлению результатов исследований;
- формирование умений использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.22 «Спортивная метрология» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.22 «Спортивная метрология» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта
- К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте
- К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике
- К.М.06.05(П) Производственная (тренерская) практика
- Б3.02 (Д) Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы метрологии и обеспечение единства измерений:**

Спортивная метрология как научно-учебная дисциплина. Основы теории измерений.

**Модуль 2. Статистические методы обработки результатов измерений:**

Измерения в физической культуре и спорте. Основы теории оценок. Элементы теории вероятности.

**Модуль 3. Основы контроля в спорте:**

Свойства и показатели спортивной подготовленности. Основы стандартизации в спорте. Контроль как звено управления учебно-тренировочным процессом.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы организации и проведения научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать основы организации и проведения научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования основ организации и проведения научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</li> </ul>
<b><i>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</i></b>	
ОПК-11.1 Планирует, правильно организывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы организации и проведения научного эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правильно организовывать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основами планирования, правильной организации и проведения научного эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты.</li> </ul>
ОПК-11.2 Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– информационными технологиями для планирования и</li> </ul>

	коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.
--	--------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</b>	
ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– критерии индивидуального подхода к занимающимся;</li> <li>– технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать критерии индивидуального подхода к занимающимся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками индивидуального подхода к занимающимся;</li> <li>– навыками составления индивидуального плана спортивной подготовки.</li> </ul>
ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– индивидуальные возможности занимающегося;</li> <li>– средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять индивидуальные возможности занимающегося;</li> <li>– подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения индивидуальных возможностей занимающегося, выбора средств и методов тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</li> </ul>
ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать опыт реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.23 Спортивные сооружения**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – изучение общих основ проектирования, строительства, ремонта и эксплуатации спортивных сооружений, предназначенных для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий по месту жительства, в учебных заведениях, на производстве, спортивных клубах, в местах отдыха, в лечебных и оздоровительных учреждениях.

Задачи дисциплины:

- приобретение теоретических и методических знаний, практических навыков и умений, необходимых для самостоятельной педагогической и тренерской деятельности при работе на различных спортивных сооружениях;
- осуществление процесса обучения в соответствии с образовательной программой;
- использование технических средств обучения, информационных и компьютерных технологий, осуществление процесса обучения в соответствии с образовательной программой;
- приобретение умений составлять основные документы, необходимые для материально-технического оснащения учебно-тренировочных занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.
- формирование умений организовывать и проводить соревнования по избранному виду спорта различного уровня в соответствии с требованиями, предъявляемыми к спортивным сооружениям, осуществлять объективное судейство соревнований;
- ознакомление с особенностями разрешения спортивных споров при проведении соревнований, обеспечения безопасности и медицинского сопровождения соревнований.
- раскрытие особенностей анализа материально-технической и финансовой сторон массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;
- выявление способов сотрудничества ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.23 «Спортивные сооружения» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.23 «Спортивные сооружения» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.04.02 Организация работы спортивного судьи по биатлону

Б3.01 (Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Б3.02(Д) Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Классификация и общие требования к спортивным сооружениям:**

История развития спортивных сооружений. Общая классификация и структура спортивных сооружений. Универсальные спортивные сооружения и комплексы. Исходные данные для проектирования спортивных сооружений и критерии строительства спортивных сооружений по архитектурно-планировочным особенностям.

**Модуль 2. Состав спортивного сооружения его эксплуатация и управление:**

Спортивные сооружения по видам спорта. Основные вопросы безопасности спортивных объектов. Эксплуатация и управление спортивными сооружениями.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

### **ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий**

ОПК-15.1 Анализирует материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; выявляет способы сотрудничества ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий.	знать: – материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; уметь: – анализировать материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; владеть: – навыками анализа материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.
ОПК-15.2 Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.	знать: – правила составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий; уметь: – составлять основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий; владеть: – правилами составления основных документов, необходимых для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

### **ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки**

ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	знать: – методику индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки; уметь: – использовать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки; владеть: – навыками использования индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.
--------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.24 Спортивная биохимия**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области биохимии спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности

Задачи дисциплины:

- изучение строения мышц, молекулярных механизмах мышечного сокращения и расслабления;
- изучение основных способов ресинтеза АТФ при мышечной деятельности;
- изучение особенностей обмена веществ во время физической работы и отдыха и уметь их использовать для рационального построения тренировочного процесса, для установления оптимальных сроков восстановления;
- определение биохимических сдвигов в мышцах и во внутренних органах при выполнении физических нагрузок различной интенсивности и продолжительности;
- изучение биохимических закономерностей восстановления после мышечной работы;
- изучение биохимических закономерностей развития адаптации к мышечной работе;
- овладение биохимическими методами оценки работоспособности спортсменов;
- изучение особенностей питания спортсменов.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.24 «Спортивная биохимия» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.24 «Спортивная биохимия» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки.

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Биохимия мышечной деятельности:**

Строение и химический состав мышц. Биоэнергетика мышечной деятельности.

Биохимические сдвиги в организме при мышечной работе.

**Модуль 2. Биохимические основы утомления:**

Биохимические основы развития утомления. Биохимические процессы, происходящие в период отдыха.

**Модуль 3. Биохимические основы и принципы спортивной тренировки:**

Молекулярные механизмы утомления. Биохимические закономерности восстановления после мышечной работы. Биохимические закономерности адаптации к мышечной работе.

**Модуль 4. Биохимические основы спортивной работоспособности:**

Биохимические основы спортивной работоспособности. Биохимический контроль в спорте.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– химический состав мышечной ткани и механизм мышечного сокращения;</li> <li>– энергетические источники и процессы при мышечной работе различной интенсивности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать биохимические показатели организма человека;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами теоретического и экспериментального исследования в биохимии, позволяющими оценивать свою профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биохимические показатели жизнедеятельности организма и их изменения при мышечной работе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать знания биохимии спорта для определения объема нагрузок на занятиях физической культурой и спортом;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами теоретического и экспериментального исследования в биохимии, позволяющими оценивать свою профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</b>	
ПК-2.1 Знает критерии индивидуального подхода к занимающимся; технологию составления индивидуального плана спортивной подготовки; направления и технологии.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биохимические принципы спортивной тренировки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать наиболее эффективные средства и методы тренировки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.</li> </ul>
ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биохимические принципы спортивной тренировки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать наиболее эффективные средства и методы тренировки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.</li> </ul>
ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– биохимические принципы спортивной тренировки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать наиболее эффективные средства и методы тренировки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.</li> </ul>

**ПК-3. Способен организовывать участие спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки**

ПК-3.1 Знает основы организации здорового образа жизни, методы организации медико-биологического, научно-методического и антидопингового контроля в спорте.	знать: – биохимические закономерности утомления и восстановления после мышечной работы; уметь: – подбирать фармакологические средства и обосновывать их применение при занятиях спортом; владеть: – способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.
ПК-3.2 Владеет навыками организации участия спортсменов в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.	знать: – биохимические принципы спортивной тренировки; уметь: – определять биохимические особенности работоспособности в разных видах спорта; владеть: – способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.01.01 Формирование спортивного мастерства в учреждениях**  
**дополнительного образования**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – обучение профессиональным знаниям, умениям и навыкам, направленным на формирование спортивного мастерства учащихся учреждений дополнительного образования.

Задачи дисциплины:

- формирование у студентов представления о спортивном мастерстве занимающихся в детско-юношеских спортивных школах;
- формирование способности осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений динамики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки;
- приобретение навыков планирования и методического обеспечения деятельности физкультурно-спортивных организаций, проведения учета и отчетности;
- обучение разработке перспективных, оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.01.01 «Формирование спортивного мастерства в учреждениях дополнительного образования» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.01.01 «Формирование спортивного мастерства в учреждениях дополнительного образования» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки

К.М.06.02 Тренажерные технологии в спорте

К.М.05.04 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Единоборства

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющем следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Методика формирования спортивного мастерства:**

Исторические аспекты зарождения и развития спортивной борьбы. Теоретическое обоснование спортивного мастерства. Педагогические условия формирования спортивного мастерства. Содержание и структура спортивного мастерства. Техника безопасности на занятиях избранным видом спорта. Техническая подготовка спортсмена. Тактическая подготовка спортсмена. Физическая подготовка спортсмена. Психологическая подготовка спортсмена.

##### **Модуль 2. Формирование спортивного мастерства по средствам занятий греко-римской борьбой:**

Основы судейства соревнований по спортивной борьбе. Учебно-воспитательная система подготовки спортсменов. Критерии мастерства в избранном виде спорта. Подготовка и сдача контрольных нормативов. Олимпийское движение. Подготовка спортсменов-борцов в условиях гипоксии. соревновательная деятельность. защита и контрприемы. подвижные и спортивные игры в системе подготовки единоборцев.

##### **Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</b>	
УК-2.3 Оценивает вероятные риски и ограничения в решении поставленных задач.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику подготовки спортсменов разных возрастных групп;</li> <li>– особенности проектного мышления;</li> <li>– разновидности рисков и ограничений в проектной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дозировать нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена;</li> <li>– выделять в поставленной цели основные смысловые и структурные компоненты;</li> <li>– выявлять возможности преодоления рисков и ограничений с учетом имеющихся ресурсов и резервов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оказания первой помощи при спортивных травмах;</li> <li>– приемами декомпозиции цели, используя вариативные трактовки задач, конкретизирующих различные пути достижения поставленной цели;</li> <li>– способами определения.</li> </ul>
<b>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>	
УК-3.1 Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– условия эффективного речевого взаимодействия;</li> <li>– особенности речевого взаимодействия в группе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> <li>– организовывать взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли и др.);</li> <li>– договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организатора и судьи соревнований;</li> <li>– приемами совместного порождения и развития содержания сообщения в процессе группового взаимодействия;</li> <li>– методами влияния и управления командой.</li> </ul>

**ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта.**

<b>организационно-методическая деятельность</b>	
ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику выполнения общеразвивающих физических упражнений;</li> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к местам проведения занятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> <li>– провести вводную часть занятия;</li> <li>– провести заключительную часть занятия;</li> </ul>

	владеть: – навыками организатора и судьи соревнований; – навыками секретаря соревнований; – навыками анализа проведенного занятия.
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта.***

ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	знать: – методику выполнения общеразвивающих физических упражнений; – современные и эффективные методы проведения тренировок; – санитарно-гигиенические требования предъявляемые к местам проведения занятий; уметь: – разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности; владеть: – навыками организатора и судьи соревнований.
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***7. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

***& Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Кокурин А. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.01.02 Проектирование здоровьесберегающей образовательной среды**  
**детско-юношеской спортивной школы**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – обеспечение профессиональной готовности бакалавров к формированию здоровьесберегающей среды в детско-юношеской спортивной школе.

Задачи дисциплины:

- формирование представлений о сущности здоровьесбережения детей;
  - формирование профессионального мышления студентов, способных проектировать и осуществлять индивидуально-личностные концепции профессиональной педагогической деятельности в детско-юношеской спортивной школе;
  - ознакомление с возможностями здоровьесбережения в образовании, концептуальными основами здоровьесбережения в детско-юношеской спортивной школе, оптимальными способами решения профессиональных проблем, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;
  - формирование навыков осуществления социального взаимодействия и реализации своих профессиональных способностей в коллективе детско-юношеской спортивной школы;
  - освоение навыков обеспечения соответствия условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта
- В том числе воспитательные задачи:
- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
  - формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.01.02 «Проектирование здоровьесберегающей образовательной среды детско-юношеской спортивной школы» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.01.02 «Проектирование здоровьесберегающей образовательной среды детско-юношеской спортивной школы» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте
- К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов
- К.М.05.28(У) Учебная (ознакомительная) практика
- К.М.05.01 Теория спорта
- К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теоретические основы здоровьесбережения в образовании:**

Культура здоровья в историческом становлении. Потенциал здоровьесберегающих технологий в педагогической практике. Нормативно-правовые основания здоровьесберегающей функции педагога. Принципы формирования здоровья в педагогической деятельности. Портфолио здоровья как инструмент здоровьесберегающего сопровождения образовательного процесса. Организационно-педагогические условия управления качеством образования на основе здоровьесберегающих технологий. Здоровье и безопасность ребенка в современном информационном пространстве. Диагностика компьютерной, видео– и интернет-зависимости у детей и подростков.

**Модуль 2. Педагогические подходы к созданию здоровьесберегающей образовательной среды в детско-юношеской спортивной школе:**

Компоненты здоровьесберегающих образовательных технологий. Систематика и взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, используемых в работе спортивных школ.

Принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий. Здоровьесберегающее образовательное пространство образовательного учреждения. Основные средства, методики, системы здоровьесбережения. Программы физического и валеологического развития детей. Теория очищения и восстановительные средства здоровья. Здоровьесберегающие технологии в спортивной школе. Основные направления и содержание здоровьесберегающей жизнедеятельности в разные возрастные периоды.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</b>	
УК-2.3 Оценивает вероятные риски и ограничения в решении поставленных задач.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику подготовки спортсменов разных возрастных групп;</li> <li>– особенности проектного мышления;</li> <li>– разновидности рисков и ограничений в проектной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дозировать нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена;</li> <li>– выделять в поставленной цели основные смысловые и структурные компоненты;</li> <li>– выявлять возможности преодоления рисков и ограничений с учетом имеющихся ресурсов и резервов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оказания первой помощи при спортивных травмах;</li> <li>– приемами декомпозиции цели, используя вариативные трактовки задач, конкретизирующих различные пути достижения поставленной цели;</li> <li>– способами определения.</li> </ul>
<b>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>	
УК-3.1 Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– условия эффективного речевого взаимодействия;</li> <li>– особенности речевого взаимодействия в группе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> <li>– организовывать взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли и др.);</li> <li>– договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организатора и судьи соревнований;</li> <li>– приемами совместного порождения и развития содержания сообщения в процессе группового взаимодействия;</li> <li>– методами влияния и управления командой.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта.**

### **организационно-методическая деятельность**

ПК-25.1 Знает историю строительства спортивных сооружений, классификацию спортивных сооружений и особенности спортивных сооружений для различных видов спорта.	знать: – классификацию спортивных сооружений, их устройства и особенности использования; уметь: – разъяснять правила поведения в учреждении спортивной направленности; владеть: – навыками проведения учебно-тренировочных и спортивно-массовых мероприятий.
ПК-25.2 Умеет разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории, использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по видам спорта.	знать: – правила поведения и безопасности на спортивном объекте; уметь: – провести инструктаж по технике безопасности среди учащихся и персонала; владеть: – профессиональными знаниями и навыками в повседневной работе спортивных объектов.
ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	знать: – правила и методику судейства соревнований по виду спорта; – основы теории и методики физического воспитания и спорта; уметь: – анализировать и корректировать ошибки занимающихся; владеть: – методикой проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Иванова Е. Н.

*Аннотация рабочей программы дисциплины*  
**К.М.05.ДВ.02.01 Питание спортсменов в процессе тренировки**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – освоение студентами знаний о рациональном сбалансированном питании на различных этапах годичного цикла спортивной тренировки и в дни соревнований; особенностях питания представителей различных видов спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности и полноценной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- знакомство с принципами рационального питания;
- овладение умением выбора пищевых нутриентов в рамках базового питания в зависимости от вида спорта и энергетических затрат занимающихся физической культурой и спортом;
- формирование навыков отбора специализированного питания спортсменов в зависимости от вида спорта;
- формирование навыков по профилактике использования допинга при организации спортивного питания.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.02.01 «Питание спортсменов в процессе тренировки» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.02.01 «Питание спортсменов в процессе тренировки» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике

К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации

К.М.05.18 Спортивная медицина

К.М.05.14 Профилактика применения допинга

К.М.05.24 Спортивная биохимия

Б3.02(Д) Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

Б3.01(Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Физиологические основы рационального питания в процессе тренировки:**

Содержание, цель и задачи дисциплины. Физиологические основы питания. Белки и их роль в питании. Потребность в белках спортсменов. Жиры и их роль в питании. Потребность в жирах спортсменов. Углеводы и их роль в питании. Потребность в углеводах спортсменов. Роль воды в обмене веществ, питьевой режим спортсменов.

**Модуль 2. Специализированное питание в процессе тренировки:**

Роль витаминов и микроэлементов в питании спортсменов. Особенности метаболических изменений, происходящих в организме в процессе многолетней тренировки. Роль питания в энергетическом обеспечении мышечной деятельности. Особенности энергетического обеспечения физических упражнений аэробного, анаэробного и смешанного характера. Основные принципы рационального питания спортсменов. Основные требования к режиму и рациону питания. Применение продуктов повышенной биологической ценности.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в

соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося;</li> <li>– влияние питания на организм спортсменов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать физкультурно-спортивную деятельность;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками организации физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные характеристики физического развития и физической подготовленности личности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять собственный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– характеристику и методы определения функциональных и двигательных возможностей спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения эффективности используемых комплексов физических упражнений.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-23. Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению**

**организационно-методическая деятельность**

ПК-23.1 Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– требования антидопингового законодательства Российской Федерации;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять в практической деятельности требования антидопингового законодательства Российской Федерации;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования антидопинговых правил.</li> </ul>
ПК-23.2 Ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– нормативные акты, регулирующие принципы борьбы с допингом;</li> <li>– процедуры допинг-контроля;</li> <li>– правовые последствия применения допинга;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ориентироваться в положениях нормативных актов,</li> </ul>

<p>применения допинга, способах защиты прав спортсмена.</p>	<p>регулирующих принципы борьбы с допингом;</p> <p>владеть:</p> <p>– способами защиты прав спортсмена.</p>
<p>ПК-23.3 Владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</p>	<p>знать:</p> <p>– особенности формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции;</p> <p>уметь:</p> <p>– разрабатывать мероприятия по профилактике применения допинга;</p> <p>владеть:</p> <p>– навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга;</p> <p>– приемами формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</p>

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – сформировать у слушателей необходимые знания и практические навыки для осуществления комплексного медико-биологического контроля тренировочно-соревновательного процесса с целью поддержания должного уровня физической подготовленности и полноценной профессиональной деятельности, организации работы по антидопинговому обеспечению.

Задачи дисциплины:

- сформировать представления о видах, формах, методах, целях и задачах комплексного медико-биологического контроля функционального состояния организма спортсменов в зависимости от этапа спортивной подготовки;
- формировать понимание оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности;
- обеспечить формирование умений определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;
- дать сведения о современных технологиях, методах и средствах медико-биологического контроля в системе отбора и ориентации спортсменов;
- обучить умениям отбирать, формировать и применять комплексы избранных физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;
- сформировать знания и навыки, необходимые для оценки уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов в ходе комплексного медико-биологического контроля;
- научить ориентироваться в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствиях применения допинга, способах защиты прав спортсмена;
- дать современные сведения об организации и порядке проведения допингового контроля вне и во время соревнований, применении системы ADAMS и Биологического паспорта спортсмена для оптимизации допингового контроля;
- приобрести умения планировать мероприятия по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.02.02 «Комплексный медико-биологический контроль в спорте» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.02.02 «Комплексный медико-биологический контроль в спорте» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности
- К.М.05.15 Массаж
- К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике
- К.М.05.14 Профилактика применения допинга
- К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта
- К.М.03.06 Физическая культура и спорт
- К.М.01.04 Правовые основы профессиональной деятельности

## **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

### **Модуль 1. Место и роль комплексного медико-биологического контроля в системе отбора, ориентации и подготовки спортсменов:**

Организация, этапы и виды комплексного медико-биологического контроля в спорте. Системность, информативность, надежность и объективность параметров, тестов, методов и средств комплексного медико-биологического контроля. Применение средств медико-биологического контроля в системе отбора и ориентации спортсменов. Контроль за применением допинга в спорте. Задачи, объекты и методы допинг-контроля. Допинг-контроль: организация, порядок проведения. Санкции, применяемые к спортсменам, уличенным в применении допинга. Применение программного обеспечения и электронных модулей (система ADAMS и биологический паспорт спортсмена) для оптимизации допингового контроля.

### **Модуль 2. Исследование и оценка уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов по комплексу показателей:**

Оценка морфофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Оценка психофункциональной готовности организма спортсмена к работе в условиях напряженной тренировочной и соревновательной деятельности. Оценка и анализ адаптационных возможностей организма спортсменов по комплексу показателей.

## **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	знать: – оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; – влияние питания на организм спортсменов; уметь: – организовывать физкультурно-спортивную деятельность; владеть: – методиками организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: – основные характеристики физического развития и физической подготовленности личности; уметь: – определять собственный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: – способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление	знать: – характеристику и методы определения функциональных и двигательных возможностей спортсмена; уметь: – отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;

здоровья.	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения эффективности используемых комплексов физических упражнений.</li> </ul>
-----------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-23. Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению организационно-методическая деятельность**

**организационно-методическая деятельность**

ПК-23.1 Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– антидопинговое законодательство Российской Федерации;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– пользоваться официальными информационными ресурсами антидопинговой направленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками анализа антидопинговых законодательных актов Российской Федерации.</li> </ul>
ПК-23.2 Ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– положения нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом;</li> <li>– процедуру допинг-контроля;</li> <li>– правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– консультировать занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками работы с положениями нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом.</li> </ul>
ПК-23.3 Владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы организации допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать мероприятия по профилактике применения допинга;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга;</li> <li>– навыками формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</li> </ul>

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л. Е.

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### К.М.05.ДВ.03.01 Методика освоения технико-тактических действий в греко-римской борьбе

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую, тренерскую, преподавательскую, судейскую и другие виды работ в избранном виде единоборства.

Задачи дисциплины:

- освоить основы теории и методики греко-римской борьбы, основные компоненты техники и тактики;
  - овладеть процессом управления спортивной тренировкой по греко-римской борьбе.
- В том числе воспитательные задачи:
- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
  - формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### **5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.03.01 «Методика освоения технико-тактических действий в греко-римской борьбе» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.03.01 «Методика освоения технико-тактических действий в греко-римской борьбе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.ДВ.01.01 Формирование спортивного мастерства в учреждениях дополнительного образования

К.М.05.ДВ.01.02 Проектирование здоровьесберегающей образовательной среды детско-юношеской спортивной школы

К.М.05.04 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Единоборства

#### **6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

##### **Модуль 1. Общие основы теории и методики греко-римской борьбы:**

Греко-римская борьба в системе высшего образования. Греко-римская борьба как средство воспитания компетентного будущего педагога. История греко-римской борьбы. Греко-римская борьба в России.

##### **Модуль 2. Технико-тактическая подготовка в греко-римской борьбе:**

Методика освоения техникой действий в греко-римской борьбе. Методика освоения тактических действий в греко-римской борьбе. Связка приёмов защиты в партере.

#### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

**УК-2. Способностью определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений**

УК-2.3 Оценивает вероятные риски и ограничения в решении поставленных задач.

знать:

- правила техники безопасности при внешних и внутренних факторах угрозы;
- особенности проектного мышления;
- разновидности рисков и ограничений в проектной деятельности;

уметь:

- своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– выявлять возможности преодоления рисков и ограничений с учетом имеющихся ресурсов и резервов;</li> <li>– проектировать процесс решения каждой задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами декомпозиции цели, используя вариативные трактовки задач, конкретизирующих различные пути достижения поставленной цели.</li> </ul>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**УК-3. Способностью осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде**

<p>УК-3.1 Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методику выполнения общеразвивающих физических упражнений;</li> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к местам проведения занятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> <li>– организовывать взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли и др.);</li> <li>– договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организатора и судьи соревнований;</li> <li>– ценностями и нормами речевого поведения в процессе группового общения (культурой группового общения);</li> <li>– приемами совместного порождения и развития содержания сообщения в процессе группового взаимодействия.</li> </ul>
----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК)

в соответствии с видами деятельности:

***ПК-22. Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования.***

***организационно-методическая деятельность***

<p>ПК-22.1 Знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способы управления учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания,</li> <li>– особенности оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей здоровья;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами и приемами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Кокурин А.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.03.02 Основы спортивной тренировки юных лыжников**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – научить студентов основам передвижения на лыжах.

Задачи дисциплины:

- освоение основ лыжного спорта, понятий и терминов современного лыжного спорта;
- приобретение знаний о факторах риска, нормах и правилах безопасных организаций и проведения занятий по лыжному спорту, материально-техническому обеспечению учебного и тренировочного процесса в лыжном спорте;
- овладение техникой и методикой обучения основных способов передвижения на лыжах;
- освоение средств и методов повышения уровня физической подготовки занимающихся;
- изучение теоретико-методических основ спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;
- овладение технологией планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;
- формирование умения разрабатывать планы учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке;
- формирование умения планировать и проводить фрагменты учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке различной направленности;
- приобретение умения планировать и организовывать участие обучающихся в соревнованиях по лыжным гонкам.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.03.02 «Основы спортивной тренировки юных лыжников» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.03.02 «Основы спортивной тренировки юных лыжников» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.01 Теория спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общие принципы построения тренировки юных спортсменов:**

Характеристика соревнований по биатлону. Запреты и санкции в отношении не соревнующихся лиц. Технические делегаты. Принципы работы судей.

**Модуль 2. Особенности подготовки юных лыжников:**

Стрельбище. Характеристика и оборудование. Материалы, инвентарь соревнований. Одежда участников соревнований. Тренировка и пристрелка. Регламент старта. Стартовые позиции и старты.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

**УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений**

УК-2.3 Оценивает вероятные риски и ограничения в решении поставленных задач.

знать:

– методику подготовки спортсменов разных возрастных групп;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности проектного мышления;</li> <li>– разновидности рисков и ограничений в проектной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дозировать нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена;</li> <li>– выделять в поставленной цели основные смысловые и структурные компоненты;</li> <li>– выявлять возможности преодоления рисков и ограничений с учетом имеющихся ресурсов и резервов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оказания первой помощи при спортивных травмах;</li> <li>– приемами декомпозиции цели, используя вариативные трактовки задач, конкретизирующих различные пути достижения поставленной цели.</li> </ul>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде**

УК-3.1 Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные и эффективные методы проведения тренировок;</li> <li>– условия эффективного речевого взаимодействия;</li> <li>– особенности речевого взаимодействия в группе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать комплексы упражнений направленных на повышение уровня специальной физической подготовленности;</li> <li>– организовывать взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли и др.);</li> <li>– договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организатора и судьи соревнований;</li> <li>– приемами совместного порождения и развития содержания сообщения в процессе группового взаимодействия;</li> <li>– методами влияния и управления командой.</li> </ul>
---------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-22. Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования***

ПК-22.1 Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы руководства организацией судейства спортивного соревнования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками руководства организацией судейства спортивного соревнования</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>ПК-22.2 Умеет планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.</p>	<p>знать: – основы проведения спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; уметь: – планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-массовых мероприятий, оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; владеть: – приемами планирования спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.</p>
<p>ПК-22.3 Владеет навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников.</p>	<p>знать: – основы подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ спортивных мероприятий; уметь: – готовить положения о соревновании, графики проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; владеть: – навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников</p>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Ивашин А. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.04.01 Теория и практика судейства по легкой атлетике**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование устойчивых знаний проведения соревнований по легкой атлетике, повышение мотивации для занятий легкой атлетикой, содействие осознанному желанию участвовать в организации проведения соревнований, расширение кругозора студентов в области легкой атлетики.

Задачи дисциплины:

- пропагандировать и развивать мотивацию к занятиям легкой атлетикой, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции;
- сформировать у студентов умения и навыки по организации, проведению и судейства соревнований по легкой атлетике различного уровня;
- повышать общую культуру и интеллектуальный потенциал, расширять умственный кругозор студентов в области легкой атлетики, обогащая знаниями и нацеливая их на будущую спортивно-педагогическую деятельность.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.04.01 «Теория и практика судейства по легкой атлетике» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.04.01 «Теория и практика судейства по легкой атлетике» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике:**

История проведения и классификация соревнований по легкой атлетике. Общие организационные вопросы по подготовке и проведения соревнований по легкой атлетике. Спортивные сооружения и стандартные размеры спортивного ядра стадиона. Обязанности главной судейской коллегии до, вовремя и после соревнований по легкой атлетике. Общие требования к судьям во время проведения соревнований по легкой атлетике.

**Модуль 2. Судейство соревнований по легкоатлетическим видам:**

Судейство соревнований по бегу. Судейство соревнований по спортивной ходьбе. Судейство соревнований по прыжкам на дальность. Судейство соревнований прыжков через вертикальное препятствие. Судейство соревнований по толканию ядра. Судейство соревнований по метанию копья. Судейство соревнований по метанию диска и молота.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-22. Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования.**

**организационно-методическая деятельность**

ПК-22.1	Знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий.	знать: – методику организации и проведения и судейства соревнований по легкой атлетике; уметь: – организовывать и судить соревнования по легкой атлетике; владеть: – навыками организации и судейства соревнований по легкой
---------	-----------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	атлетике.
ПК-22.3 Владеет навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила подготовки положения о соревновании, алгоритм и правила составления графиков проведения и программ (сценарных планов) соревнований по легкой атлетике;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подготавливать положения о соревновании и формировать графики проведения и программ (сценарных планов) соревнований по легкой атлетике;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) соревнований по легкой атлетике.</li> </ul>
<b>ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта.</b>	
<b>организационно-методическая деятельность</b>	
ПК-25.1 Знает историю строительства спортивных сооружений, классификацию спортивных сооружений и особенности спортивных сооружений для различных видов спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– историю строительства спортивных сооружений для легкой атлетики, классификацию соревнований по легкой атлетике;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать историю строительства спортивных сооружений для легкой атлетики, классификацию соревнований по легкой атлетике;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оперирования историей строительства спортивных сооружений для легкой атлетики, классификацией соревнований по легкой атлетике.</li> </ul>
ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила судейства одного из видов легкой атлетики с использованием инвентаря и оборудования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать правила судейства одного из видов легкой атлетики с использованием инвентаря и оборудования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками судейства одного из видов легкой атлетики с использованием инвентаря и оборудования.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, доцент Бакулин С. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.04.02 Организация работы спортивного судьи по биатлону**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов знаний, умений и навыков в области теории и методики биатлона.

Задачи дисциплины:

- освоение основ судейства в биатлоне, понятий и терминов современного биатлона;
- приобретение знаний о факторах риска, нормах и правилах безопасных организаций и проведения занятий по лыжному спорту, материально-техническому обеспечению учебного и тренировочного процесса в лыжном спорте;
- овладение техникой и методикой обучения основных способов передвижения на лыжах;
- освоение средств и методов повышения уровня физической подготовки занимающихся;
- изучение теоретико-методических основ спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;
- овладение технологией планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки;
- формирование умения обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта;
- формирование умения планировать и проводить фрагменты учебных и тренировочных занятий по лыжной подготовке различной направленности;
- приобретение умения руководить организацией судейства спортивного соревнования.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.04.02 «Организация работы спортивного судьи по биатлону» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.04.02 «Организация работы спортивного судьи по биатлону» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.01 Теория спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Общая характеристика биатлона как вида спорта:**

Характеристика соревнований по биатлону. Запреты и санкции в отношении не соревнующихся лиц. Технические делегаты. Принципы работы судей. Стрельбище. Характеристика и оборудование. Материалы, инвентарь соревнований. Одежда участников соревнований.

**Модуль 2. Особенности организации работы судей:**

Тренировка и пристрелка. Регламент старта. Стартовые позиции и старты. Стартовые сигналы. Правила прохождения трассы на лыжах.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-22. Способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования</b>	
ПК-22.1 Способен осуществлять руководство организацией судейства	знать: – основы руководства организацией судейства спортивного соревнования;

спортивного соревнования	<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками руководства организацией судейства спортивного соревнования</li> </ul>
ПК-22.2 Умеет планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы проведения спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования проведения спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</li> </ul>
ПК-22.3 Владеет навыками подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно–массовых мероприятий, праздников.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы подготовки положения о соревновании, определения графиков проведения и программ спортивных мероприятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– готовить положения о соревновании, графики проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками подготовки положения о соревновании, графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно– массовых мероприятий, праздников</li> </ul>
<b><i>ПК-25. Способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта</i></b>	
ПК-25.3 Владеет навыками проведения фрагмента учебно–тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оказывать помощь в судействе соревнований по избранному виду спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования,</li> <li>– навыками участия в судействе соревнований по избранному виду спорта</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, старший преподаватель Ивашин А. А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.05.01 Физическая реабилитация в спортивной практике**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – освоение студентами знаний о системе физической реабилитации в целях поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- знакомство со структурой общей реабилитации, средствами и методами медицинской реабилитации;
- формирование навыков применения средств и методов физической реабилитации в целях поддержания должного уровня физической подготовленности;
- формирование навыков применения средств и методов физической реабилитации в целях обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.05.01 «Физическая реабилитация в спортивной практике» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.05.01 «Физическая реабилитация в спортивной практике» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.05.15 Массаж

К.М.05.16 Биомеханика двигательной деятельности

Б3.02(Д) Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

Б3.01(Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Средства и методы физической реабилитации:**

Понятие о реабилитации. История развития реабилитологии. Цель и задачи реабилитации. Виды (аспекты) реабилитации. Абилитация. Структура и принципы реабилитации. Принципы медицинской и физической реабилитации. Задачи, принципы и средства медицинской реабилитации. Адаптивная физическая реабилитация.

**Модуль 2. Основные направления использования средств адаптивной физической реабилитации:**

Цели и задачи адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. Виды и функции адаптивной физической культуры. Принципы адаптивной физической культуры. Формы и методы обучения в адаптивной физической культуре. Адаптивный спорт. Базовые характеристики субъектов адаптивной физической культуры. Врачебно-педагогический контроль в адаптивной физической реабилитации.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на	знать: – оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; – влияние питания на организм спортсменов;

организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	уметь: – организовывать физкультурно-спортивную деятельность; владеть: – методиками организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: – основные характеристики физического развития и физической подготовленности личности; уметь: – определять собственный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: – способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	знать: – характеристику и методы определения функциональных и двигательных возможностей спортсмена; уметь: – отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; владеть: – навыками определения эффективности используемых комплексов физических упражнений.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-23. Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению организационно-методическая деятельность**

**организационно-методическая деятельность**

ПК-23.1 Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации.	знать: – антидопинговое законодательство Российской Федерации; уметь: – пользоваться официальными информационными ресурсами антидопинговой направленности; владеть: – навыками анализа антидопинговых законодательных актов Российской Федерации.
ПК-23.2 Ориентируется в положениях нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом, процедурах допинг-контроля, правовых последствия применения допинга, способах защиты прав спортсмена.	знать: – положения нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом; – процедуру допинг-контроля; – правовые последствия применения допинга, способы защиты прав спортсмена; уметь: – консультировать занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций; владеть: – навыками работы с положениями нормативных актов, регулирующих принципы борьбы с допингом.
ПК-23.3 Владеет навыками планирования мероприятий по	знать: – методы организации допинг-контроля, права и обязанности

профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	спортсмена при прохождении допинг-контроля; уметь: – планировать мероприятия по профилактике применения допинга; владеть: – навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга; – навыками формирования у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.05.ДВ.05.02 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование знаний основ психологического обеспечения подготовки спортсмена, умений использовать психологические знания для сопровождения тренировочного и соревновательного процессов.

Задачи дисциплины:

– изучить содержание психологического обеспечения подготовки спортсмена, анатомио-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм спортсмена;

– формировать умения использовать психологические знания для сопровождения тренировочного и соревновательного процессов, осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;

– формировать навыки поддержания должного уровня физической и психологической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму;

– освоить приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.05.ДВ.05.02 «Психологическое обеспечение подготовки спортсменов» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.05.ДВ.05.02 «Психологическое обеспечение подготовки спортсменов» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Психологическая подготовка в спорте:**

Понятие «Психологическое обеспечение спортивной деятельности». Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности. Понятие и сущность психопедагогики спорта. Психология воздействия в спорте. Требования к психодиагностическим методикам. Классификация психодиагностических методик. Психограмма спортсмена. Основные направления применения психодиагностических методик в спорте. Характеристика психодиагностической процедуры. Понятие психологической подготовки в спорте. Виды психологической подготовки в спорте. Основные направления психологической подготовки в спорте. Формирование мировоззрения. Внушение и самовнушение. Подготовка участием в деятельности. Контроль и самоконтроль. Специфика в деятельности тренера. Характеристика основных функций тренера. Педагогические способности тренера. Характеристика основных типов руководства тренера. Психологическое образование тренера. Психологическая компетентность тренера. Характеристика психологической подготовки спортсмена. Этапы психологической подготовки спортсмена.

**Модуль 2. Психорегулирующие средства восстановления в спорте:**

Психологические особенности тренировочной деятельности. Психологические

особенности соревновательной деятельности. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Психологические основы технической и тактической подготовки спортсмена. Понятие психической готовности к соревнованию. Основные соревновательные состояния спортсмена. Уровни готовности к соревнованиям. Понятие психической надежности спортсмена. Факторы надежности соревновательной деятельности. Прогнозирование надежности спортсмена. Характеристика основных психорегулирующих средств восстановления в спорте. Внушение и самовнушение. Внушенный отдых. Понятие о гетеротренинге. Особенности реализации метода гетеротренинга со спортсменами. Характеристика метода релаксации. Особенности реализации метода релаксации со спортсменами. Особенности реализации гипноза со спортсменами. Гипнотическое состояние. Требования к методу гипноза. Характеристика метода аутогенной тренировки. Характеристика ступеней аутогенной тренировки. Принципы аутогенной тренировки. Методика аутогенной тренировки. Методика коррекции психических состояний спортсмена. Характеристика способов и приемов коррекции психических состояний спортсмена на заключительном этапе подготовки к ответственным соревнованиям. Ситуативное управление в спорте. Характеристика способов и приемов ситуативного управления состоянием спортсмена в условиях соревнования. Секундирование в спорте.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями в соответствии с видами деятельности:

<b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>		
УК-7.1.	Понимает значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержание спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать у занимающихся психологическую подготовку к соревнованиям;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками регулирования психологическо-эмоциональными состояниями в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-23. Способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению</b>		
ПК-23.3	Владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принципы честной спортивной конкуренции;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать у обучающихся мотивацию к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования мероприятий по формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шиндина И.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.06.01 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта**

**1. Направление подготовки:** Физическая культура

**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**3. Форма обучения:** Очная

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – сформировать у студентов теоретические знания, практические умения и навыки, позволяющие эффективно использовать современные технологии спортивной тренировки в легкой атлетике.

Задачи дисциплины:

- сформировать знания применения современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике, необходимые для проведения учебно-тренировочных занятий в зависимости от возраста, гендерных особенностей, уровня развития физических качеств и др.;
- выработать навыки терминологического описания и записи средств легкой атлетики;
- сформировать двигательные умения, позволяющие демонстрировать и согласованно выполнять упражнения легкой атлетики в процессе тренировки;
- создать у студентов представление о теории и методике формирования навыков выполнения упражнений и тренировки в легкой атлетике и методологии обучения им;
- сформировать профессионально-педагогические знания, умения и навыки в эффективном использовании современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике для различного контингента;
- выработать навык руководство организацией судейства спортивного соревнования, организовывать работу по антидопинговому обеспечению;
- учесть конструированию фрагментов содержания учебно-тренировочного занятия на основе знаний современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике;
- ознакомить с технологией спортивной тренировки и проведением массовых физкультурно-спортивных мероприятий в легкой атлетике, соответствием условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта;
- сформировать способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач в избранном виде спорта;
- совершенствовать физические способности бакалавров вуза физической культуры.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.06.01 «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.06.01 «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.03 Физиология человека

К.М.06.03 Практикум по проектированию тренировочных занятий

К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы планирования в легкой атлетике:**

Технология планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Этапы многолетней спортивной подготовки. Микроциклы, мезоциклы, макроциклы тренировки. Определение состояния тренированности. Комплексный контроль в подготовке спортсмена. Прогнозирование возможных результатов спортсмена. Определение ИДФН у спортсменов.

**Модуль 2. Современные технологии в спортивной тренировке в легкой атлетике:**

Характеристика двигательной активности бегунов на средние, длинные и сверхдлинные

дистанции. Отбор бегунов на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. Методика построения многолетней круглогодичной тренировки. Цели, задачи и параметры учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки. Состав и структура основных средств и методов тренировки на различных этапах. Особенности построения малых, средних и больших тренировочных циклов. Модельные характеристики физической и технической подготовленности спринтеров.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Выпускник должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК) в соответствии с видами деятельности:

**УК-1. способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач**

<p>УК-1.1. демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовность к нему.</p>	<p>знать: – особенности поиска, критического анализа и синтеза информации; уметь: – осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации; – применять системный подход для решения поставленных задач; владеть: – способами поиска, критического анализа и синтеза информации.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

**ПК-22. способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования**

<p>ПК-22.1 способен осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования</p>	<p>знать: – основы руководства организацией судейства спортивного соревнования; уметь: – осуществлять руководство организацией судейства спортивного соревнования; владеть: – навыками руководства организацией судейства спортивного соревнования;</p>
<p>ПК-22.2 умеет планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.</p>	<p>знать: – основы проведения спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; уметь: – планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; владеть: – навыками планирования проведения спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p>

**ПК-23. способен организовывать работу по антидопинговому обеспечению**

<p>ПК-23.3 владеет навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции</p>	<p>знать: – основы планирования мероприятий по профилактике применения допинга; уметь: – формировать у обучающихся мотивацию к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции; владеть: – навыками планирования мероприятий по профилактике применения допинга, формированию у обучающихся мотивации к занятиям избранным видом спорта на принципах честной спортивной конкуренции</p>
<p><b><i>ПК-25. способен обеспечивать соответствие условий и материальной базы проведения спортивных соревнований правилам вида спорта</i></b></p>	
<p>ПК-25.3 владеет навыками проведения фрагмента учебно– тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p>знать: – основы проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта; уметь: – оказывать помощь в судействе соревнований по избранному виду спорта; владеть: – навыками проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта с использованием инвентаря и оборудования, участия в судействе соревнований по избранному виду спорта.</p>

#### ***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

#### ***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шиндина И. В.

*Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.06.02 Тренажерные технологии в спорте*

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов знаний, умений и навыков, направленных на правильный подбор и использование тренажеров индивидуального и коллективного использования в сфере физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- пропаганда здорового образа жизни у студентов;
- сформировать у студентов умения и навыки, связанные с правильным подбором и применением тренажеров в процессе тренировки;
- повышать общую культуру и интеллектуальный потенциал, расширять умственный кругозор студентов в области физической культуры, обогащая знаниями и нацеливая их на будущую спортивно-педагогическую деятельность.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.06.02 «Тренажерные технологии в спорте» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.06.02 «Тренажерные технологии в спорте» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.05.12 Теория и методика физической культуры

К.М.03.06 Физическая культура и спорт

К.М.05.23 Спортивные сооружения

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Теоретические основы применения тренажеров в спорте:**

Цель, задачи дисциплины. Физическая культура как сфера деятельности. Технические особенности тренажеров. Принципы использования тренажеров в спорте. Понятие, цели и задачи использования тренажеров в физической культуре. Виды и классификация спортивных тренажеров. Виды тренажеров, используемых в спорте.

**Модуль 2. Методики применения тренажеров в спортивной деятельности:**

Функции и принципы использования тренажеров в физической культуре. Основные характеристики современных тренажеров. Основные классификации тренажеров. Особенности оздоровительных тренировок на тренажерах. Тренажеры на развитие выносливости. Характеристика тренажеров индивидуального пользования. Характеристика тренажеров коллективного пользования. Тренажеры для детей дошкольного возраста. Тренажеры для детей школьного возраста.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями

(ОПК):

<b>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</b>	
ОПК-10.1 Свободно общается с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта, грамотно освещает	знать: – проблемы профессиональной деятельности; – стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; уметь:

проблемы профессиональной деятельности, выбирает и реализовывает тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам.	– свободно общаться с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта; – грамотно освещать проблемы профессиональной деятельности; владеть: – навыками общения с участниками совместной деятельности в области физической культуры и спорта.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.***

***тренерская деятельность***

ПК-2.2 Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	знать: – индивидуальные возможности занимающихся; уметь: – подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся; владеть: – навыками определения индивидуальных возможностей занимающихся.
ПК-2.3 Владеет опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.	знать: – особенности реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки; уметь: – применять индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки; владеть: – опытом реализации индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки.

***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Трескин М. Ю.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.06.03 Практикум по проектированию тренировочных занятий**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура
- 2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта
- 3. Форма обучения:** Очная
- 4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов профессиональных знаний, умений и навыков педагогического проектирования тренировочных занятий.

**Задачи дисциплины:**

- сформировать двигательные умения, позволяющие демонстрировать и согласованно выполнять упражнения вида спорта в процессе тренировки;
- создать у студентов представление о теории и методике формирования навыков выполнения упражнений и тренировки вида спорта и методологии обучения им;
- сформировать профессионально-педагогические знания, умения и навыки в эффективном использовании современных технологий спортивной тренировки для различного контингента;
- выработать навык планировать содержание занятий в избранном виде спорта с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомио-морфологических, психологических и поло-возрастных особенностей занимающихся;
- обучить проектированию фрагментов содержания учебно-тренировочного занятия на основе знаний современных технологий спортивной тренировки, проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по ее совершенствованию;
- ознакомить с технологией спортивной тренировки и проведением массовых физкультурно-спортивных мероприятий;
- сформировать способность обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;
- совершенствовать физические способности бакалавров вуза физической культуры.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.06.03 «Практикум по проектированию тренировочных занятий» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.06.03 «Практикум по проектированию тренировочных занятий» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.05.ДВ.02.02 Комплексный медико-биологический контроль в спорте
- К.М.06.04 Современные средства оценивания результатов спортивной подготовки
- К.М.05.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности
- К.М.05.18 Спортивная медицина

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Основы спортивной тренировки в легкой атлетике:**

Теоретические основы техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту. Регламентация основ техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту. Меры предупреждения травматизма при тренировочных занятиях. Требования безопасности к местам занятий и спортивному инвентарю.

**Модуль 2. Проектирование тренировочных занятий в легкой атлетике:** Методики спортивной подготовки в беге на короткие дистанции. Характеристика двигательной деятельности в спринтерском беге. Отбор в беге на короткие дистанции.

Техническая, физическая, тактическая подготовка спринтера. Методы тренировки спринтера. Особенности тренировки в беге на 200 м, 400 м и в эстафете 4x100. Управление процессом тренировки бегунов-спринтеров.

Методика спортивной подготовки в беге на средние дистанции. Характеристика двигательной активности бегунов на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. Отбор бегунов на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. Техническая, физическая, тактическая подготовка средневики и стайеров. Методы тренировки средневики и стайеров. Особенности тренировки в беге на 800, 1500 м, 3000 м, 5000 м, 10000 м. Управление процессом тренировки бегунов-средневики и стайеров.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b><i>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i></b>	
ОПК-1.1 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные документы планирования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять комплексный контроль в подготовке спортсмена;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологией планирования в спорте.</li> </ul>
ОПК-1.2 Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологию планирования в спорте;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать перспективный и индивидуальный планы, план-конспект тренировочного занятия;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– спортивной терминологией.</li> </ul>
<b><i>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</i></b>	
ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предупреждать травматизм на тренировочных занятиях и соревнованиях;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами предупреждения травматизм на тренировочных занятиях и соревнованиях.</li> </ul>
ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– требования безопасности к местам занятий и спортивному инвентарю;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать технику безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами предупреждения травматизм на тренировочных занятиях и соревнованиях.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-12. способен проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по ее совершенствованию***

<p>ПК-12.1 знает цели, задачи и содержание тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p>	<p>знать: – цели, задачи и содержание тренировочного и образовательного процессов; уметь: – осуществлять деятельность в области физической культуры и спорта; владеть: – навыками проведения тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p>
<p>ПК-12.3 владеет навыками разработки предложений по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, планирования развития методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой работы в физкультурно-спортивной организации</p>	<p>знать: – основы планирования развития методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; уметь: – разрабатывать предложения по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; владеть: – навыками разработки предложений по совершенствованию тренировочного и образовательного процессов в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, планирования развития методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации</p>

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин,  
канд. пед. наук, доцент Шиндина И. В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.06.04 Современные средства оценивания результатов спортивной подготовки**

- 1. Направление подготовки:** Физическая культура  
**2. Профиль подготовки:** Спортивная тренировка в избранном виде спорта  
**3. Форма обучения:** Очная  
**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины – обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ спортивной подготовки и привить умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной физкультурно-спортивной деятельности тренера в избранном виде спорта.

Задачи дисциплины:

- изучить теоретические положения спортивной подготовки;
- изучить понятийный аппарат теории и методики физического воспитания и спорта;
- освоить средства и методы оценивания в современном спорте;
- изучить организационные формы физического воспитания и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.06.04 «Современные средства оценивания результатов спортивной подготовки» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины К.М.06.04 «Современные средства оценивания результатов спортивной подготовки» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.03.06 Физическая культура и спорт
- К.М.05.11 Система подготовки спортсменов высокой квалификации
- К.М.05.09 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта
- К.М.05.29(П) Производственная (тренерская) практика

**6. Содержание дисциплины**

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

**Модуль 1. Понятие «Спортивная подготовка». Оценка как элемент управления спортивной деятельностью:**

Стороны спортивной подготовки. Спортивный результат и спортивные достижения. Средства спортивной подготовки. Организация и структура отдельного тренировочного занятия. Физические нагрузки и их дозирование.

**Модуль 2. Традиционные и новые средства оценивания результатов спортивной деятельности:**

Критерии измерения и оценки спортивных результатов. Динамика соревновательных результатов. Надежность и стабильность спортивных результатов. Прогнозирование рекордных результатов. Методы оценки эффективности спортивной деятельности. Спортивный отбор как педагогический процесс. Факторы спортивного отбора.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций  
Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</b>	
ОПК-11.1 Планирует, правильно организовывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет	знать: – особенности статистической обработки и анализа результатов, обобщения и оформления результатов исследования; уметь: – планировать, правильно организовывать и проводить научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; владеть: – навыками организации и проведения научного

результаты исследований.	эксперимента по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта.
<b><i>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</i></b>	
ОПК-9.2 Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять контроль и оценку физического развития и физической подготовленности занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками контроля за выполнением физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

***ПК-8. Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы.***

***педагогическая деятельность***

ПК-8.1 Анализирует отечественный и зарубежный опыт, современные подходы к контролю и оценке результатов образования.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные подходы к контролю и оценке результатов образования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать отечественный и зарубежный опыт контроля и оценки результатов образования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками анализа отечественного и зарубежного опыта, современных подходов к контролю и оценке результатов образования.</li> </ul>
ПК-8.2 Осуществляет отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля и оценки, применяет современные оценочные средства, обеспечивает объективность оценки.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения современных оценочных средств, обеспечения объективности оценки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля и оценки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками отбора педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации контроля и оценки.</li> </ul>
ПК-8.3 Разрабатывает контрольно-измерительные и контрольно-оценочные средства, интерпретирует результаты контроля и оценивания обучающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способы разработки контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– интерпретировать результаты контроля и оценивания обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств.</li> </ul>

***8. Общая трудоемкость дисциплины***

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

***9. Разработчик***

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Трескин М. Ю.