

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

16 июня 2022 г., протокол УС №6

**МОДУЛЬ ДИСЦИПЛИН ПРОФИЛЬНОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ**  
**Технологии спортивной тренировки в избранном виде  
спорта**  
рабочая программа дисциплины (модуля)

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

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

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **4 ЗЕТ**

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

Виды контроля в семестрах:  
экзамены 8

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

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

Программу составил(и):

*Доцент, Шнейдер В.Ю.*

Рабочая программа дисциплины

**Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта**

разработана в соответствии с ФГОС:

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

составлена на основании учебного плана:

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

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

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

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Медико-биологических основ физической культуры**

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

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

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

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

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

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

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

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

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

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

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

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

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

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

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

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Представлено отдельным документом

### 5.2. Темы письменных работ

Представлено отдельным документом

### 5.3. Фонд оценочных средств

Представлено отдельным документом

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

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

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

#### 6.1.2. Дополнительная литература

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

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

### 6.1.3. Методические разработки

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

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

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

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

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

### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	СПС «Консультант Плюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>
6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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