

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце: **Бюджетное учреждение высшего образования**  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
Должность: ректор "Сургутский государственный университет"  
Дата подписания: 20.06.2024 14:44:15  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР  
\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

16 июня 2022 г., протокол УС №6

# МОДУЛЬ ДИСЦИПЛИН ПРОФИЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

## Теория спорта

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Теории физической культуры**  
Учебный план b490301-СпТрен-22-3.plx  
Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
Направленность (профиль): Спортивная тренировка

Квалификация **Бакалавриат**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах: экзамены 6 курсовые работы 6
в том числе:		
аудиторные занятия	48	
самостоятельная работа	105	
часов на контроль	27	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	уп	рп	уп	рп
Неделя	13 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	24	24	24	24
Практические	24	24	24	24
Итого ауд.	48	48	48	48
Контактная работа	48	48	48	48
Сам. работа	105	105	105	105
Часы на контроль	27	27	27	27
Итого	180	180	180	180

Программу составил(и):

*к.пед.н., профессор, Григорьев В.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Теория спорта**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направленность (профиль): Спортивная тренировка

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

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Теории физической культуры**

Зав. кафедрой к.п.н. доцент Лосев В.Ю.

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	Цель курса - освоение студентами системы знаний в области теории спорта и общих закономерностей, принципов, средств, методов, форм спортивной тренировки, а также формирование у них умений применять знания при разработке программ построения тренировочного занятия, оценивать роль исходных, текущих и поэтапных контрольных данных в разработке и коррекции планов спортивной подготовки, соотносить тренировочные и соревновательные нагрузки с возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями занимающихся.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Введение в профессиональную деятельность
2.1.2	Биомеханика двигательной деятельности
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Производственная практика, тренерская практика
2.2.2	Теория физической подготовки
2.2.3	Планирование тренировочного процесса
2.2.4	Теория и методика детского и юношеского спорта

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>ПК-4.1: Методически обеспечивает тренировочный и образовательный процесс</b>	
<b>ПК-4.2: Реализует контроль тренировочного и образовательного процессов</b>	
<b>ПК-1.1: Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся</b>	
<b>ПК-1.2: Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки</b>	
<b>ПК-1.4: Осуществляет отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта</b>	
<b>ОПК-14.2: Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов</b>	
<b>ОПК-2.1: Применяет теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки</b>	
<b>ОПК-2.2: Учитывает антропометрические, физиологические и психологические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность(способности) ребенка</b>	
<b>ОПК-1.1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	1

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основные понятия и категории теории спорта
3.1.2	методы и организацию комплексного контроля в тренировочном и образовательном процессе;
3.1.3	структуру тренировочного процесса на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.1.4	интегративную характеристику содержания, средств и методов подготовки спортсменов
3.1.5	основы спортивного отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта;
3.1.6	виды контроля и требования, предъявляемые в тренировочном и образовательном процессе;
3.1.7	
3.1.8	основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;
3.1.9	антропометрические, физиологические и психологические особенности при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализируя спортивную одаренность(способность)ребенка;
3.1.10	основы планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры.

<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	методически обеспечивать тренировочный и образовательный процесс;
3.2.2	осуществлять контроль тренировочного и образовательного процессов;
3.2.3	осуществлять процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.2.4	обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки;
3.2.5	осуществлять отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта;
3.2.6	применять теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;
3.2.7	учитывать
3.2.8	антропометрические, физиологические и психологические особенности при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализируя и прогнозируя спортивную одаренность(способность)ребенка;
3.2.9	планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	навыками планирования тренировочного процесса
3.3.2	технологией контроля, как инструмента управления тренировочного и образовательного процессов;
3.3.3	систематизированными знаниями, позволяющими подбирать и применять адекватные индивидуальным возможностям спортсмена тренировочные нагрузки;
3.3.4	навыками проектирования структуры и содержания этапов большого тренировочного цикла, в том числе этапа непосредственной предсоревновательной подготовки;
3.3.5	систематизированными знаниями о спортивном отборе в группы и секции по виду спорта;
3.3.6	навыками контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся;
3.3.7	систематизированными знаниями о спортивной ориентации;
3.3.8	технологией выявления предрасположенности индивида к спортивным достижениям;
3.3.9	современной технологией планирования содержания и проведения занятий с учетом положений теории физической культуры.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)						
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1.</b>					
1.1	Общая характеристика спорта. Классификация видов спорта /Лек/	6	2	ПК-4.1	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.2	Общая характеристика спорта. Классификация видов спорта /Ср/	6	16	ПК-4.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.3	Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. /Лек/	6	2	ПК-1.4 ПК-4.2 ОПК-2.2 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.4	Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. /Ср/	6	17	ПК-1.4 ПК-4.1 ОПК-2.2 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.5	Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /КР/	6	4	ПК-1.1 ОПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.7Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1 Э2	Написание работы
1.6	Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /Лек/	6	2	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	

1.7	Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /Ср/	6	18	ПК-1.1 ОПК-2.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1Л3.1 Л3.4 Э1 Э2	
1.8	Система спортивных соревнований. Классификация спортивных достижений /Лек/	6	2	ОПК-2.2 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.5Л2.1Л3.3 Л3.4 Э1 Э2	
1.9	Система спортивных соревнований. Классификация спортивных достижений /Ср/	6	18	ПК-1.1 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.6Л2.1 Л2.3Л3.2 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	
1.10	Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы.  /Лек/	6	4	ПК-1.4 ПК-4.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.11	Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы. Общие и специальные принципы /Пр/	6	4	ПК-4.1 ПК-4.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.12	Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы. Общие и специальные принципы /Ср/	6	18	ОПК-1.1 ОПК-2.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.13	Подготовка спортсмена в процессе тренировки /Лек/	6	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.14	Построение процесса спортивной подготовки /Лек/	6	2	ПК-1.1 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.15	Построение процесса спортивной подготовки /Пр/	6	4	ПК-1.1 ПК-1.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.16	Технология планирования в спорте /Лек/	6	2	ПК-1.4 ПК-4.1	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.17	Технология планирования в спорте /Пр/	6	4	ПК-1.4 ПК-4.1	Л1.1Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.18	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов /Лек/	6	2	ПК-4.2 ОПК-1.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.19	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов /Пр/	6	6	ОПК-1.1 ОПК-2.1	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.20	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки /Лек/	6	2	ОПК-2.2 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.21	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки /Пр/	6	6	ПК-1.1 ОПК-14.2	Л1.1Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.22	Факторы и условия повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.4	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	

1.23	Факторы и условия повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности /Ср/	6	18	ПК-1.2 ПК-4.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.24	Теория спорта /Экзамен/	6	23	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.4 ПК-4.1 ПК-4.2 ОПК-1.1 ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	Устный опрос по теоретическому материалу, выполнение заданий в рамках практических занятий.

## 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	Зациорский В. М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания	М.: Советский спорт, 2009	20
Л1.2	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
Л1.3	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт"	Москва: Советский спорт, 2010	10
Л1.4	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Учебник для вузов физической культуры и спорта	Издательство «Спорт», 2019, электронный ресурс	1
Л1.5	Бабушкин Г. Д.	Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: Учебник	Саратов: Вузовское образование, 2020, электронный ресурс	1
Л1.6	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник	Москва: Спорт, 2020, электронный ресурс	2
Л1.7	Матвеев, Л. П.	Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля	Москва: Издательство «Спорт», 2021, электронный ресурс	1

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
--	---------------------	----------	-------------------	----------

Л2.1	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: Примерная программа дисциплины	М.: Российский государственный университет физической культуры, 2003	9
Л2.2	Бегун П. И., Шукейло Ю. А.	Биомеханика: Учебник	Санкт-Петербург: Политехника, 2012, электронный ресурс	1
Л2.3	Карась Т. Ю.	Теория и методика физической культуры и спорта: Учебно-практическое пособие	Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012, электронный ресурс	1

### 6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Макеева В. С.	Теория и методика физической культуры: Учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2014, электронный ресурс	1
Л3.2	Кадыров Р.М., Гетьман В.Д., Караван А.В.	Теория и методика физической культуры студентов СПбГАСУ: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015, электронный ресурс	1
Л3.3	Баранцев С. А.	Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: Монография	Москва: Советский спорт, 2014, электронный ресурс	1
Л3.4	Григорьев В. А.	Теория спорта (Организационная структура физкультурно-спортивного движения в России): учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2011, электронный ресурс	2
Л3.5	Лосев В. Ю., Лосев А. В.	Теория и методика физической культуры: методические рекомендации по выполнению контрольных работ	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2020, электронный ресурс	1

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

Э1	спортивная энциклопедия <a href="http://sportwiki.to/%D0%91%D0%B8%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0">http://sportwiki.to/%D0%91%D0%B8%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0</a>
Э2	министерство спорта <a href="https://www.minsport.gov.ru/">https://www.minsport.gov.ru/</a>

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

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

### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

--	--

6.3.2.1	Информационно-правовой портал Гарант.ру <a href="https://www.garant.ru/">https://www.garant.ru/</a> , Справочно-правовая система «Консультант плюс» <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
---------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

7.1	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации оснащена: специализированной учебной мебелью, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, компьютеры с возможностью выхода в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
-----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------