

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 20.06.2024 15:14:29
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

13 июня 2024г., протокол УМС №5

Технология проектирования спортивной подготовки рабочая программа дисциплины (модуля)

| | | |
|-------------------------|---|----------------------------|
| Закреплена за кафедрой | Теории физической культуры | |
| Учебный план | g490401-ТеорФВ-24-2.plx 49.04.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА Направленность (профиль): Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки | |
| Квалификация | Магистр | |
| Форма обучения | очная | |
| Общая трудоемкость | 3 ЗЕТ | |
| Часов по учебному плану | 108 | Виды контроля в семестрах: |
| в том числе: | | зачеты 3 |
| аудиторные занятия | 16 | |
| самостоятельная работа | 92 | |

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 3 (2.1) | | Итого | |
|---|---------|-----|-------|-----|
| | уп | рп | | |
| Неделя | 17 1/6 | | | |
| Вид занятий | уп | рп | уп | рп |
| Практические | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Итого ауд. | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Контактная работа | 16 | 16 | 16 | 16 |
| Сам. работа | 92 | 92 | 92 | 92 |
| Итого | 108 | 108 | 108 | 108 |

Программу составил(и):

к.п.н., Проф, Обухов Сергей Михайлович; к.п.н., Доцент, Лосев Андрей Викторович

Рабочая программа дисциплины

Технология проектирования спортивной подготовки

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 944)

составлена на основании учебного плана:

49.04.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направленность (профиль): Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки
утвержденного учебно-методическим советом вуза от 13.06.2024 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Теории физической культуры

Зав. кафедрой Лосев В.Ю.

| 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ | |
|------------------------------------|---|
| 1.1 | Цель изучения дисциплины : |
| 1.2 | способствовать освоению технологии планирования и управления тренировочной деятельностью в процессе спортивной подготовки и в частности сформировать следующие компетенции: |
| 1.3 | В процессе изучения дисциплины формируются следующие компетенции: |
| 1.4 | -Способен преподавать по программам бакалавриата, специалитета, магистратуры и ДПП, ориентированным на соответствующий уровень квалификации |
| 1.5 | |
| 1.6 | -Способен проводить тренировочные мероприятия и осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов |

| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП | |
|--|--|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В.ДВ.03 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | Инновационные технологии в физической культуре и спорте |
| 2.2 | Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | Современные подходы к организации и содержанию фитнес-тренировки |
| 2.2.2 | Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом |
| 2.2.3 | Методическое обеспечение подготовки спортивного резерва |

| 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|--|--|
| ПК-2.1: Реализует тренировочный процесс и осуществляет руководство соревновательной деятельностью спортсменов | |

| |
|--|
| ПК-2.2: Проводит анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявляет проблемы |
|--|

| |
|--|
| ПК-2.3: Разрабатывает программы тренировочной и соревновательной деятельности |
|--|

| |
|--|
| ПК-1.1: Преполагает с учетом новейших достижений в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности |
|--|

| |
|---|
| ПК-1.2: Применяет педагогически обоснованные формы, методы и технологии физического воспитания |
|---|

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

| | |
|------------|--|
| 3.1 | Знать: |
| 3.1.1 | -Основы преподавания с учетом новейших достижений в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности |
| 3.1.2 | - Основы применения педагогически обоснованных форм, методов и технологий физического воспитания |
| 3.1.3 | - основы реализации тренировочного и соревновательного процессов |
| 3.1.4 | - основы анализа тренировочной и соревновательной деятельности |
| 3.1.5 | - основы разработки программ тренировочной и соревновательной деятельности |
| 3.2 | Уметь: |
| 3.2.1 | -преподавать с учетом новейших достижений в теории и методике физкультурно-спортивной деятельности |
| 3.2.2 | - применять педагогически обоснованных форм, методов и технологий физического воспитания |
| 3.2.3 | - реализовывать тренировочного и соревновательного процессов |

| | |
|-------|---|
| 3.2.4 | - анализировать тренировочной и соревновательной деятельности |
| 3.2.5 | - разрабатывать программы тренировочной и соревновательной деятельности |

| 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | | | | | | |
|---|---|----------------|-------|---------------|---|------------|
| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература | Примечание |
| | Раздел 1. | | | | | |
| 1.1 | Физиологические и биохимические основы развития физических качеств /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.1 | Л1.1Л2.1 Л2.2Л3.3 Э3 | |
| 1.2 | Физиологические и биохимические основы развития физических качеств /Ср/ | 3 | 10 | ПК-1.1 | Л1.1 Л1.4Л2.2Л3.3 | |
| 1.3 | Основы планирования в спорте. Виды планирования. Документы планирования тренера /Пр/ | 3 | 1 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.3Л2.3Л3.2 Л3.4 Л3.5 Э4 | |
| 1.4 | Основы планирования в спорте. Виды планирования. Документы планирования тренера /Ср/ | 3 | 4 | ПК-2.3 | Л1.1Л2.3Л3.2 Л3.5 | |
| 1.5 | Утомление и восстановление в системе подготовки спортсменов /Пр/ | 3 | 1 | ПК-1.1 | Л1.1 Л1.2Л2.2Л3.1 Э1 Э2 | |
| 1.6 | Утомление и восстановление в системе подготовки спортсменов /Ср/ | 3 | 10 | ПК-1.1 | Л1.1Л2.2Л3.3 | |
| 1.7 | Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной подготовки /Пр/ | 3 | 1 | ПК-1.1 | Л1.2 Л1.4Л2.1Л3.2 Э1 Э2 | |
| 1.8 | Цель, задачи, средства, методы и основные принципы спортивной подготовки /Ср/ | 3 | 8 | ПК-1.1 | Л1.4 | |
| 1.9 | Построение программы занятия /Пр/ | 3 | 1 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.2Л2.3Л3.2 Э3 | |
| 1.10 | Построение программы занятия /Ср/ | 3 | 10 | ПК-2.3 | Л1.3Л2.3Л3.2 | |
| 1.11 | Построение программ микроциклов /Пр/ | 3 | 2 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.2Л2.3Л3.2 Л3.4 | |
| 1.12 | Построение программ микроциклов /Ср/ | 3 | 8 | ПК-2.3 | Л1.4Л2.3Л3.2 | |
| 1.13 | Моделирование тренировочного процесса с использованием компьютера. /Пр/ | 3 | 2 | ПК-2.3 ПК-1.1 | Л1.1 Л1.2Л3.1 Э3 | |
| 1.14 | Моделирование тренировочного процесса с использованием компьютера. /Ср/ | 3 | 12 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.4Л2.3Л3.2 | |
| 1.15 | Построение программ мезоциклов /Пр/ | 3 | 2 | ПК-1.2 | Л1.1Л2.1Л3.2 | |
| 1.16 | Построение программ мезоциклов /Ср/ | 3 | 8 | ПК-1.2 | Л1.4Л2.3Л3.2 | |
| 1.17 | Построение годового макроцикла /Пр/ | 3 | 2 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.2Л3.2 | |
| 1.18 | Построение годового макроцикла /Ср/ | 3 | 8 | ПК-2.3 | Л1.4Л2.3Л3.2 | |
| 1.19 | Основы построения подготовки спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования /Пр/ | 3 | 1 | ПК-2.3 | Л1.1 Л1.2Л3.2 Э3 | |

| | | | | | | |
|------|---|---|---|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| 1.20 | Основы построения подготовки спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования /Ср/ | 3 | 8 | ПК-2.3 | Л1.4Л2.3Л3.2 | |
| 1.21 | Контроль в спорте. Виды контроля /Пр/ | 3 | 1 | ПК-1.1 | Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1 Э1 Э2 | |
| 1.22 | Контроль в спорте. Виды контроля /Ср/ | 3 | 6 | ПК-2.2 | Л1.2Л2.2Л3.3 | |
| 1.23 | /Контр.раб./ | 3 | 0 | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-1.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.5 | Выполнение контрольной работы |
| 1.24 | /Зачёт/ | 3 | 0 | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-2.3 ПК-1.1 ПК-1.2 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 | Зачёт |

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены 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 | Коц Я. М. | Физиология мышечной деятельности: Учебник для ин-тов физической культуры | М.: Физкультура и спорт, 1982 | 34 |
| Л1.2 | Волков Н. И., Несен Э. Н., Осипенко А. А., Корсун С. Н. | Биохимия мышечной деятельности: Учебник для студентов высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта | Киев: Олимп.лит., 2000 | 52 |
| 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 | Бабушкин Г. Д. | Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: Учебник | Саратов: Вузовское образование, 2020, Электронный ресурс | 1 |

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---------------------|---|-------------------|----------|
| Л2.1 | Матвеев Л. П. | Теория и методика физической культуры: Введение в предмет | СПб.: Лань, 2003 | 9 |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|---------------------|---|--|----------|
| Л2.2 | Платонов В. Н. | Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов | Москва: Издательство «Спорт», 2019, Электронный ресурс | 1 |
| Л2.3 | Верхошанский Ю. В. | Программирование и организация тренировочного процесса | Москва: Издательство «Спорт», 2019, Электронный ресурс | 1 |

6.1.3. Методические разработки

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|------|--------------------------|---|--|----------|
| Л3.1 | Обухов С. М. | Теория физической подготовки: учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2014 | 30 |
| Л3.2 | Обухов С. М. | Планирование тренировочного процесса: учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2016 | 34 |
| Л3.3 | Обухов С. М. | Теория физической подготовки: учебно-методическое пособие | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2014, Электронный ресурс | 2 |
| Л3.4 | Обухов С. М. | Технология проектирования спортивной подготовки: методические рекомендации по выполнению практических занятий и самостоятельных работ | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2019, Электронный ресурс | 1 |
| Л3.5 | Алиев Э.Г., Андреев С.Н. | Основы технологии планирования, контроля и учета спортивной подготовки в мини-футболе (футзале): учебное пособие | Москва: Спорт, 2019, Электронный ресурс | 2 |

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

| | |
|----|--|
| Э1 | Теория и практика физической культуры http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/ |
| Э2 | Физическая культура: воспитание, образование, тренировка http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/ |
| Э3 | Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc |
| Э4 | Библиотека Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья http://lesgaft.spb.ru/632 |

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 «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru/ |
| 6.3.2.2 | СПС «Гарант» - www.garant.ru/ |

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | |
|-----|--|
| 7.1 | Учебная аудитория для проведения лекционных занятий, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащена оборудованием: комплект специализированной учебной мебели, меловая доска. |
|-----|--|

| | |
|-----|---|
| 7.2 | Технические средства обучения: стационарный экран, стационарный проектор, комплект (переносной) мультимедийного оборудования — ноутбук. |
|-----|---|