

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет» (КемГУ)

Беловский институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кемеровский государственный университет» (БИФ КемГУ)

Управление развития дополнительного образования (УРДО)



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по цифровой трансформации
Р.М. Котов

«29» августа 2023 г.

ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

(ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПЕРЕПОДГОТОВКА)

«Физическая культура и спорт»

Начальник УРДО

Директор БИФ КемГУ

О.М. Левкина

В.А. Саркисян

Белово 2023

Содержание

1. Общая характеристика программы.....	3
1.1. Цель реализации программы.....	3
1.2. Характеристика профессиональной деятельности и требования к результатам освоения программы	3
1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы.....	5
1.4. Трудоемкость обучения.....	6
1.5. Форма обучения	6
1.6. Режим занятий.....	6
2. Содержание программы.....	7
2.1. Учебный план.....	7
2.2. Содержание учебных дисциплин.....	10
2.3. Содержание практики.....	29
3. Условия реализации программы	29
3.1. Материально-технические условия реализации программы.....	29
3.2. Методы, средства и образовательные технологии	30
3.3. Учебно-методическое обеспечение программы	31
4. Оценка качества освоения программы.....	35
4.1. Текущий контроль и промежуточная аттестация.....	35
4.2. Итоговая аттестация.....	36
5. Составители программы.....	36

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт» ориентирована на развитие профессиональных компетенций слушателей в области физической культуры, физического воспитания и спортивной тренировки. Вместе с тем содержание программы позволяет получить новые знания и обобщить имеющиеся по общепедагогическим проблемам, связанным с физическим воспитанием спортсменов и обучающихся.

1.1. Цель реализации программы

Цель программы: Формирование у слушателей профессиональных компетенций, обеспечивающих эффективное осуществление профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, требующей дополнительных познаний.

Задачи программы обусловлены необходимостью приобретения знаний и практических навыков по следующим направлениям:

- образование в сфере физической культуры,
- спортивная тренировка,
- двигательная рекреация и реабилитация,
- пропаганда здорового образа жизни.

1.2. Характеристика профессиональной деятельности и требований к результатам освоения программы

Программа профессиональной переподготовки разработана с учетом требований:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденный приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940, с изменениями, внесенными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 08.02.2021 г. № 83);
- Приказ Минтруда России от 07.04.2014 г. N 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»;
- Приказа Минобрнауки России от 01.07.2013 N 499 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 N 29444);

Характеристика новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций и (или) уровней квалификации

Квалификация	Виды профессиональной деятельности	Обобщенная трудовая функция	Трудовая функция
Тренер-преподаватель Организация и проведение соревнований спортсменами тренировочных мероприятий осуществления руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных	Спортивная подготовка и физическое воспитание детей и взрослых	Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся	Проведение занятий физической культуры и спортом
			Планирование содержания занятий физической культурой и спортом
			Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа

<p>результатов; преподавание предметной области физической культуры по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам; физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья детей и взрослых</p>			<p>жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения</p>
			<p>Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом</p>
			<p>Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией</p>

Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию или формированию (согласно ФГОС высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. N 940) в результате освоения программы

Наименование категории общепрофессиональных компетенций	Код компетенции	Содержание компетенции
Планирование	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
Обучение и развитие	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
Обучение и развитие	ОПК-4.	Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
Воспитание	ОПК-6.	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурноспортивной деятельности, мотивационно ценностные ориентации и

		установки на ведение здорового образа жизни
Правовые основы профессиональной деятельности	ОПК-12.	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

1.3. Планируемые результаты обучения

Освоение программы профессиональной переподготовки направлено на овладение слушателями компетенциями, необходимыми для выполнения профессиональной преподавательской деятельности.

Код и содержание компетенции	Ожидаемые результаты освоения программы
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 положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомоморфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки ОПК-1.2. Планирует содержание и последовательность тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки с учетом различных категорий занимающихся. ОПК-1.3. Осуществляет применение технологий планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.
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. ОПК-3.2. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3. Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1. Выбирает оптимальные формы и виды физических нагрузок, комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств, упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности ОПК - 4.2. Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, понимает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований.
ОПК-6. Способен	ОПК-6.1. Знает роль, структуру и функции физической

<p>формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурноспортивной деятельности, мотивационно ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни. ОПК-6.2. Демонстрирует умение проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационноценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. ОПК-6.3. Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурноспортивной деятельности, мотивационноценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p>
<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<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. ОПК-12.2. Использует в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативноправовых актов, рекомендательных документов; с позиций правовых норм анализирует конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений. ОПК-12.3. Осуществляет физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с нормами профессиональной этики.</p>

1.4 Требования к уровню подготовки слушателя, поступающего на обучение

Программа дополнительного профессионального образования (профессиональная переподготовка) «Физическая культура и спорт» предназначена для лиц, желающих освоить новый вид профессиональной деятельности, имеющих/получающих высшее образование или среднее профессиональное образование. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

1.5 Трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной программе – 612 часов, включая все виды аудиторной и самостоятельной работы слушателя, практику и время, отводимое на контроль качества освоения слушателем программы.

Распределение часов по видам учебной работы

Теоретическое обучение (лекции, практические, семинарские занятия и т.п.)	200 часов
Самостоятельная работа	232 часа
Производственная практика	72 часа
Междисциплинарный экзамен	108 часов
ИТОГО:	612 часов

1.5. Форма обучения

Обучение осуществляется по очно-заочной форме с частичным отрывом от основной деятельности и применением дистанционных технологий.

1.6. Режим занятий

Учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Для всех видов аудиторных занятий устанавливается академический час продолжительностью 45 минут.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин	Общая трудоемкость час.	Аудиторные занятия, час.		Самост. работа	Форма контроля
			лекции	практич. и лаборатор. занятия		
1	История физической культуры и спорта	20	6	2	12	Зачет
2	Нормативно-правовые основы педагогики физической культуры и спорта	18	2	6	10	Зачет
3	Психология физической культуры и спорта	30	8	4	18	Зачет
4	Педагогика физической культуры и спорта	60	24	8	28	Зачет
5	Теория и методика преподавания физической культуры и спорта	56	20	8	28	Зачет
6	Спортивная физиология и анатомия	38	10	6	22	Зачет
7	Спортивная медицина	38	10	6	22	Зачет
8	Теория и методика детско-юношеского спорта	50	16	8	26	Зачет
9	Технологии подготовки спортсменов	38	10	6	22	Зачет
10	Лечебно-физическая культура и массаж	38	10	6	22	Зачет
11	Основы диетологии	46	16	8	22	Зачет
	Итого часов	432	132	68	232	
	Практика					
	Педагогическая практика	72				Зачет
	Итоговая аттестация					
	Междисциплинарный экзамен	108				Экзамен
	Всего	612				

2.2. Календарный учебный график

№	Наименование дисциплин (в соответствии с учебным планом)	Трудоемкость, час	Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3	Неделя 4	Неделя 5	Неделя 6	Неделя 7	Неделя 8	Неделя 9	Неделя 10	Неделя 11	Неделя 12	Неделя 13	Неделя 14	Неделя 15	Неделя 16	Неделя 17	Неделя 18	Неделя 19	Неделя 20	Неделя 21	Неделя 22	Неделя 23	Неделя 24
1	История физической культуры и спорта	20	УП	У П З																						
2	Нормативно-правовые основы педагогики физической культуры и спорта	18	УП	У П З																						
3	Психология физической культуры и спорта	30		У П	УП З																					
4	Педагогика физической культуры и спорта	60				У П	УП	УП З																		
5	Теория и методика преподавания физической культуры и спорта	56							УП	УП	УП З															
6	Спортивная физиология и анатомия	38										УП	У П	З												
7	Спортивная медицина	38												У П	У П	У П З										
8	Теория и методика детско-юношеского спорта	50															У П	УП	УП	У П З						
9	Технологии	38																			У	У				

	подготовки спортсменов																				П	П З				
10	Лечебно-физическая культура и массаж	38													У П	У П	У П	УП	У П	З						
11	Основы диетологии	46					У П	УП	УП	УП	УП З															
12	Педагогическая практика	72																				П	П			
13	Междисциплинарный экзамен	108																						И А	ИА	ИА

Условные обозначения

УП

Теоретическое обучение
(лекции, практические занятия)

ИА

Итоговая аттестация

П

Производственная практика

З

Зачет

2.3 Рабочие программы дисциплин

Наименование дисциплины	Дидактическое содержание дисциплины	Формируемые компетенции
История физической культуры и спорта	<p>Физическая культура и спорт в древнем мире. Возникновение и первоначальное развитие физических упражнений и игр в первобытном обществе. Особенности развития физической культуры в государствах древнего Востока. Физическое воспитание в Древней Греции. Особенности развития физической культуры в Древнем Риме. Физическая культура и спорт в средние века (V-XVII вв.)</p> <p>Физическая культура и спорт в новое время (середина XVII -начало XX века). Физическая культура и спорт в зарубежных странах в период между первой и второй мировыми войнами. Международная обстановка и особенности развития физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт в зарубежных странах после второй мировой войны (вторая половина XX века).</p> <p>Физическая культура и спорт у народов России с древнейших времен до конца XIX века. Развитие спорта в России в XIX веке. Вступление России в международное спортивное и олимпийское движение. Выдающиеся спортсмены России. Физическая культура и спорт в нашей стране с начала XX в. до революционных событий 1917 г. Крупнейшие события в жизни России и их влияние на развитие физической культуры и спорта.</p> <p>Физическая культура и спорт в нашей стране с начала XX в. до конца второй мировой войны. Развитие физической культуры и спорта со второй половины 40-х годов до распада СССР. Международные связи советских спортсменов с середины 40-х до конца 80-х годов.</p> <p>Физическая культура и спорт в России после распада СССР. Физическая культура и спорт в России на современном этапе. Российский спорт в международном спортивном и олимпийском движении.</p>	ОПК-3
Нормативно-правовые основы педагогики физической культуры и спорта	<p>Понятие, принципы спортивного права. Российское законодательство о физической культуре и спорте.</p> <p>Особенности сферы физической культуры и спорта, позволяющие выделить данные отношения в качестве отдельной отрасли права.</p> <p>Определение предмета спортивного права. Методы регулирования спортивного права. Спортивные правоотношения, нормы спортивного права. Общеправовые и специальные принципы спортивного права.</p> <p>Действующее законодательство и физической культуре и спорте.</p> <p>Направления совершенствования спортивного законодательства.</p> <p>Применение спортивного законодательства: действие</p>	ОПК-12

	<p>законодательства во времени, в пространстве, действие по кругу лиц, вступление в силу актов спортивного законодательства. Финансирование физической культуры и спорта. Профессиональный спорт: понятие. Значение, общие положения правового регулирования. Понятие профессионального спорта, его признаки. Понятие спортсмена –профессионала, спортивного судьи –профессионала, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба, спортивного бизнеса. Регулирование труда в профессионально спорте. Контракт о спортивной деятельности. Социальные гарантии согласно трудовому законодательству. Порядок перехода из одной физкультурно-спортивной организации в другую. Общие положения об управлении в области ФК и спорта, органы управления. Система управления сферы физической культуры и спорта, ее направления. Органы управления физической культуры и спорта: федеральное агентство по физической культуре, спорту и туризму; Олимпийский комитет России; Комитет по разработке и реализации анти-допинговой политики в спорте; Совет при Президенте РФ по физической культуре и спорту; органы исполнительной власти Кемеровской области.</p> <p>Правовой статус физкультурно-спортивных объединений и организаций, спортивных сооружений. Государственная регистрация организаций.</p> <p>Понятие физкультурно-спортивных объединений, порядок их образования, реорганизации, ликвидации. Физкультурно-спортивные организации, порядок их государственной регистрации. Порядок аккредитации общероссийских физкультурно-спортивных объединений. Лицензирование в сфере физической культуры и спорта. Особый правовой режим некоторых спортивных сооружений. Правовое регулирование рассмотрения и разрешения спортивных споров. Преступления в сфере физической культуры и спорта.</p>	
<p>Психология физической культуры и спорта</p>	<p>Психологические аспекты обучения и воспитания на занятиях по физической культуре.</p> <p>Физическое воспитание как важнейшее условие формирования культуры и спорта личности. Формирование ценностей, мотивов и направленности личности. Педагогика спорта: ее цели, задачи и средства. Основы психологии спорта: ее цели, задачи и средства.</p> <p>Формирование личностно-значимых ценностей здорового образа жизни. Требования к деятельности и личности тренера-преподавателя по спорту. Психологические особенности личности тренера. Вид контроля состояния спортсмена, оценочная деятельность тренера.</p> <p>Ученик как субъект учебной деятельности. Развитие познавательной сферы посредством физической культуры.</p> <p>Психология личности специалиста по физической культуре, спортсмена.</p> <p>Личность спортсмена как субъект спортивной деятельности.</p> <p>Формирование личности спортсмена. Волевые качества и</p>	<p>ОПК-3</p>

	<p>социальные установки. Методы изучения личности спортсмена: исследование структурных компонентов, исследование личности в систем общественных отношений.</p> <p>Психологическое обеспечение физической, технической, тактической подготовки спортсменов. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям. Тактическое мышление спортсмена. Психологическая характеристика физических качеств и их развития. Психологические особенности работы тренера-преподавателя со школьниками-спортсменами</p> <p>Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований: психодиагностика, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическая подготовка, управление состоянием и поведением спортсмена. Мотивация спортивной деятельности. Общая и специальная подготовка спортсмена к соревнованиям. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены. Социальная психология спортивных групп</p> <p>Социально-психологические особенности спортивных групп. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Психологические основы общения в спорте. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен-тренер», «спортсмен-спортсмен». Межличностные взаимоотношения в спорте. Психологические аспекты взаимосвязи спортивных и школьных групп. Особенности социальной позиции спортсмена-школьника в классе и в спортивной команде. Межгрупповые отношения и взаимодействие. Обучение навыкам эффективного поведения в конфликтах и их продуктивного разрешения.</p>	
<p>Педагогика физической культуры и спорта</p>	<p>Проблемы и задачи педагогики физического воспитания и спорта</p> <p>Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом. Физическая культура и спорт как многоплановое общественное явление, выполняющее социальные, экономические и политические функции, являющиеся частью общечеловеческой культуры. Возникновение педагогики физической культуры и спорта как объективная потребность современности. Педагогика спорта как самостоятельная отрасль педагогических знаний. Причины возникновения и уровень ее современного состояния. История развития педагогики спорта за рубежом и в России. Объект и предмет научного изучения педагогики спорта. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками: теорией физической культуры, психологией, социологией, историей спорта, теорией спортивной тренировки, анатомией, физиологией, культурологией и др.</p> <p>Структура и содержание профессионально педагогической компетентности специалиста физической культуры и спорта</p> <p>Концепции профессионально-педагогической компетентности и</p>	<p>ОПК-3</p>

	<p>мастерства специалиста в области физической культуры и спорта М.В. Прохоровой, С.Д. Неверковича, Т.А. Маркиной, Т.Э. Кругловой, Г.И. Хозяинова, В.Н. Зайченко и др. Критерии оценки компетентности по основным блокам: стратегическому, организаторскому, коммуникативному.</p> <p>Особенности профессионально-педагогической деятельности учителя физической культуры, тренера по виду спорта, спортивного менеджера, преподавателя физического воспитания вуза и др. Педагогический авторитет и его показатели.</p> <p>Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура как основные составляющие компоненты.</p> <p>Индивидуальный стиль деятельности, общения, руководства.</p> <p>Профессиональная некомпетентность, дизадаптация, деформация, их причины и показатели.</p> <p>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</p> <p>Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность. Педагогическое новаторство в сфере физической культуры и спорта. Проблема соотношения обучения, воспитания и развития в условиях физкультурно-спортивной деятельности. Реализация идей олимпийского образования в общей системе неспециального физкультурного образования. Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта.</p> <p>Использование различных методических приемов в спортивной дидактике с учетом специфики вида спорта. Технологии обучения физкультурно-спортивной деятельности на основе обучающих игр.</p> <p>Характеристика основных педагогических технологий в физической культуре и спорте. Личностно-ориентированная парадигма обучения в дидактике спорте. Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.</p>	
<p>Теория и методика преподавания физической культуры и спорта</p>	<p>Общие основы теории физической культуры и спорта</p> <p>Отправные определения, проблематика курса ТФК и методы исследования. Основные функции и формы физической культуры в обществе. Система физического воспитания и ее связи со смежными явлениями в сфере физической культуры. Цели, задачи и наиболее общие принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания. Дидактические основы теории и методики физического воспитания. Теоретико-практические основы развития физических качеств. Взаимосвязь видов (сторон) воспитания в процессе физического воспитания. Формирование профессионализма деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Формы построения занятий в физическом воспитании. Планирование и контроль в физическом воспитании. Прикладные направления в физическом воспитании (в сфере подготовки к производственной и военной деятельности). Спорт в современном обществе, тенденции его развития.</p> <p>Физическая культура различных групп населения</p> <p>Пренатальная физическая культура. Физкультурное образование детей дошкольного возраста. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Учебный предмет (образовательная область) «физическая культура». Особенности</p>	<p>ОПК-3</p>

	<p>формирования теоретических знаний о физической культуре, организации работы на уроке, контроля и оценки. Врачебно-педагогические наблюдения на уроках, интегрированные уроки, олимпийское образование школьников. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями детьми школьного возраста. Возрастные особенности методики физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста. Физическая культура в системе профессионального образования. НПО, СПО, ВПО. Физическая культура в зрелом, пожилом и старческом возрасте. Основы спортивной тренировки в детско-юношеском спорте. Педагогический и врачебный контроль в системе оздоровительной ФК.</p>	
<p>Спортивная физиология и анатомия</p>	<p>Уровни организации биологических систем: клеточный, тканевой, органный, системный, организменный. Клетка как структурная и функциональная единица живого. Строение клетки. Понятие ткани.</p> <p>Виды тканей в организме человека. Связь строения ткани и ее функции. Орган как совокупность тканей. Системы органов. Организм как система. Оси и плоскости, служащие в качестве ориентиров для определения положения органов. Основные термины для обозначения частей конечностей. Скелет как структурная основа тела. Строение и химический состав кости. Рост и развитие кости. Строение и функции суставов. Основные термины для обозначения возможностей движения в суставе. Части скелета. Скелет туловища. Скелет верхней конечности. Скелет нижней конечности. Череп. Мышечная система. Типы мышечной ткани в организме человека. Строение мышцы. Классификация мышц. Основные группы мышц в организме человека.</p> <p>Функции нервной системы. Нейрон как структурная единица нервной ткани.</p> <p>Основные отделы нервной системы. Центральная нервная система. Спинной мозг. Основные отделы головного мозга. Кора больших полушарий. Функциональные зоны коры больших полушарий. Периферическая нервная система. Соматическая нервная система. Вегетативная нервная система.</p> <p>Понятие гуморальной регуляции. Железы внешней, внутренней и смешанной секреции. Гормоны. Основные железы внутренней секреции.</p> <p>Пищеварительная система. Дыхательная система. Сердечно-сосудистая система. Выделительная система. Половая система. Анатомические особенности организации функциональных систем организма человека. Значение и строение опорно-двигательного аппарата. Морфологические особенности телосложения при занятиях физической культурой и спортом. Динамический анализ основных положений и движений.</p> <p>Рефлекторный механизм деятельности нервной системы. Высшая нервная деятельность. Функции нервной системы. Физиология</p>	<p>ОПК-1</p>

возбудимых тканей. Возникновение нервного импульса. Понятие рефлексе, рефлекторной дуге. Элементы рефлекторной дуги (рецептор, афферентное звено, центральная нервная система, эфферентное звено, исполнительный орган – эффектор). Обратная связь, понятие о рефлекторном кольце. Виды рефлексов. Электрический и химический способы передачи информации. Механизм синаптической передачи. Двигательные рефлексы: миотатические, сгибательные, разгибательные ритмические. Вегетативные рефлексы. Моторные центры головного мозга. Принципы координации рефлекторной деятельности. Высшая нервная деятельность. Характеристика, условия образования и разновидности условных рефлексов. Внешнее и внутреннее торможение условных рефлексов. Динамический стереотип. Обучение и поведение как формы приспособления к окружающей среде. Физиологические механизмы мотиваций и эмоций. Понятие о функциональной системе как принципе работы мозга (по П.К. Анохину).

Физиология нервно-мышечного аппарата Нервно-мышечный аппарат. Двигательные единицы (ДЕ) – основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. Виды мышц, их свойства. Строение скелетных мышц. Представление о миозиновых и актиновых нитях. Двигательные единицы и их типы: быстрые и медленные. Зависимость функциональных свойств мышц от состава входящих в нее ДЕ. Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм и режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения. Статическая и динамическая формы работы мышц. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость. Электрические явления в мышце при сокращении (электромиография). Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма. Системы энергообеспечения мышечной деятельности: креатинфосфатная, гликолитическая, миокиназная и окислительная. Соотношение процессов анаэробного и аэробного ресинтеза аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ) в упражнениях разной мощности и длительности. Адаптация к мышечной деятельности

Понятие об адаптации к различным факторам окружающей среды. Физиологические особенности адаптации. Виды адаптации. Системный структурный след, вегетативная память. Общий адаптационный синдром (Г. Селье). Механизмы адаптации к физическим нагрузкам. Динамика функций организма при адаптации, ее стадии. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Мобилизация функциональных резервов организма. Основные функциональные эффекты адаптации (экономизация, мобилизация, повышение резервных возможностей, устойчивость к нагрузкам, надежность функций). Обратимость адаптационных изменений. Понятие о срочном, отставленном и кумулятивном эффекте.

	<p>Функциональная система адаптации. Изменения в функционировании различных органов и систем организма в условиях тренировочных и соревновательных упражнений. Физиологическая стоимость адаптации, проявления отрицательной перекрестной адаптации. Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений Критерии классификаций: биомеханическая структура, ведущее физическое качество, режим деятельности скелетных мышц, мощность нагрузки, преобладающий источник энергии, уровень энергозатрат, характер распределения усилий, объем активной мышечной массы. Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Позы и движения. Физиологическая характеристика спортивных поз и статических нагрузок. Феномен Линдгарда (статических усилий). Движения стандартные (стереотипные) и нестандартные. Физиологическая характеристика стандартных циклических (по зонам мощности) и ациклических (собственно-силовых, скоростно-силовых, прицельных) движений. Физиологическая характеристика нестандартных движений (спортивных игр, единоборств).</p> <p>Характеристика состояний при мышечной деятельности Предстартовое состояние. Формы проявления и физиологические механизмы предстартовых состояний. Регуляция предстартовых состояний, роль эмоций. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Общая и специальная разминка. Вработывание. Физиологические закономерности и механизм вработывания функций.</p> <p>Устойчивое состояние. Виды состояния устойчивой работоспособности. Физиологические особенности устойчивого состояния при циклических упражнениях, истинное и ложное устойчивое состояние. «Мертвая точка» и «второе дыхание».</p> <p>Характеристика двигательных, вегетативных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.</p> <p>Определение и физиологическая сущность утомления. Современные представления о механизмах развития утомления. Факторы утомления. Виды утомления. Признаки утомления: внешние и внутренние. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности. Особенности утомления при различных видах физических нагрузок. Предутомление, хроническое утомление и переутомление.</p> <p>Общая характеристика процессов восстановления. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление</p>	
--	--	--

	<p>энергетических запасов в организме.</p> <p>Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Мероприятия повышения эффективности восстановления: педагогические, психологические и медико-биологические.</p> <p>Физическая работоспособность человека</p> <p>Понятие о физической работоспособности и методические подходы к ее определению. Принципы и методы тестирования физической работоспособности. Функциональные пробы. Прямые и косвенные показатели физической работоспособности. Связь физической работоспособности с направленностью тренировочного процесса в спорте. Резервы физической работоспособности.</p> <p>Работоспособность и факторы внешней среды. Влияние повышенной и пониженной температуры и влажности на показатели физической работоспособности. Механизмы, предупреждающие возникновение теплового удара. Влияние измененного барометрического давления на спортивную работоспособность. Механизмы адаптации, направленные на борьбу с гипоксией в условиях пониженного атмосферного давления. Значение адаптационных изменений у спортсменов циклических видов спорта при тренировочной и соревновательной деятельности на равнине. Влияние повышенного барометрического давления на спортивную работоспособность спортсменов. Спортивная работоспособность при смене поясноклиматических условий. Понятие десинхроноза. Этапы формирования динамического стереотипа в новых поясноклиматических условиях.</p> <p>5 Физиологические механизмы развития физических качеств и формирования двигательных навыков</p> <p>Формы проявления, механизмы и резервы развития силы. Абсолютная, относительная сила. Понятие о силовом дефиците. Виды гипертрофии мышц. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими нагрузками.</p> <p>Формы проявления, механизмы и резервы развития быстроты. Время двигательной реакции, скорость выполнения одиночного движения, темп движений. Упражнения, способствующие развитию быстроты.</p> <p>Формы проявления, механизмы и резервы развития выносливости. Общая (аэробная) и специальная выносливость (статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе и др.). Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей человека. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций. Физиологические механизмы развития кислородтранспортной системы. Изменения в системе внешнего</p>	
--	---	--

	<p>дыхания, в системе крови , кровообращения. Кровоснабжение скелетных мышц и аэробная выносливость. Понятие о ловкости и гибкости; механизмы и закономерности их развития. Ловкость как проявление координационных способностей нервной системы. Показатели ловкости. Значение сенсорных систем, основной и дополнительной информации о движении. Способность управлять пространственными, силовыми и временными характеристиками движений. Координационные способности и утомление. Факторы, лимитирующие гибкость. Активная и пассивная гибкость. Влияние на гибкость разминки, утомления, температуры окружающей среды. Роль генетических и средовых факторов в развитии различных физических качеств. Двигательные умения, навыки и методы исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип. Афферентный синтез, стадия принятия решения, формирование акцептора результата действия, эфферентный синтез, обратная афферентация, сенсорные коррекции. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (генерализации, концентрации и автоматизации). Вегетативный компонент двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков. Обратная связь, дополнительная информация.</p>	
<p>Спортивная медицина</p>	<p>Спортивная медицина – раздел клинико-физиологической дисциплины. Спортивная медицина – раздел клинико-физиологической дисциплины.</p> <p>Организация спортивно-медицинской службы в стране.</p> <p>Диспансерный метод наблюдения – наиболее прогрессивная лечебно-профилактическая форма медицинского обеспечения физической культуры и спорта. Содержание диспансерного метода наблюдения за спортсменами. Врачебно-контрольная карта физкультурника и спортсмена.</p> <p>Понятие о «здоровье» и факторы, определяющие его (наследственный, социальный, природно-климатический, здоровый образ жизни). Значения занятий физическими упражнениями для сохранения и укрепления здоровья человека.</p> <p>Понятие об гипокинезии и гиподинамии.</p> <p>Понятие «болезни», его биологическая сущность. Этология и патогенез заболеваний. Характеристики внешних и внутренних причин болезни. Понятие о стрессе. Понятие об острых, подострых и хронических болезнях. Пути распространения инфекционных заболеваний. Стадии течения заболевания и их исходы. Понятие о воспалении. Воспаление - универсальная реакция организма на повреждение. Понятие о гипертрофии, атрофии, дистрофии. Понятие о реактивности организма: специфическая и неспецифическая «реактивность». Понятие об иммунитете, органы иммунной системы. Виды иммунитета. Меры профилактики снижения иммунной реактивности у спортсмена.</p> <p>Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИДе). Меры его профилактики. Понятие об аллергии. Виды аллергии.</p> <p>Морфофункциональные особенности систем организма занимающихся физической культурой и спортом: физическое</p>	<p>ОПК-1</p>

	<p>развитие, влияние систематических тренировочных занятий на ведущие физиологические системы и органы; реакция организма на различные тестирующие нагрузки (стандартные, предельные) и их интерпретация.</p> <p>Исследования функционального состояния ведущих физиологических систем.</p> <p>Роль сердечно-сосудистой системы (ССС) в транспорте кислороде и углекислого газа. Понятие о кардио-респираторной системе. Клинические и параклинические методы исследования ССС. Понятие о пульсе, артериальном давлении в норме, в покое и при физических нагрузках. Методы определения ЧСС (пальпаторный, аускультативный, инструментальный), брадикардия и тахикардия. Понятие о физиологической (рабочей) гипотонии. Показатели, характеризующие высокою производительность деятельность ССС: ударный объем кровообращения, сердечный индекс и методы их определения. Методы исследования ССС инструментальным способом: ЭКГ, велоэрометрия и др. Типы реакции ССС на функциональные пробы. Показатели, характеризующие функциональное состояние функции внешнего дыхания у спортсменов и здоровых лиц, не занимающихся спортом; методы их определения: частота дыхания и глубина дыхания, ЖЕЛ – жизненная емкость легких – фактическая, должная, форсированная, минутный объем дыхания у спортсменов при выполнении физических нагрузки. Методы исследования дыхательной системы (спирометрия, газовый состав артериальной крови, спирография и д.р.). Гипоксические пробы для оценки функциональных резервов функции внешнего дыхания у спортсменов.</p> <p>Неврологический анамнез – простейший метод получения сведений о функциональном состоянии центральной нервной системы (ЦНС); характеристика силы, равновесия и подвижности нервных процессов ЦНС: состояние сна, стабильность настроения, настойчивость в овладении спортивными навыками, наличие или отсутствие головной боли, состояние координации движений и других показателей. Инструментальные методы исследования ЦНС, определение скрытого времени двигательной реакции, понятие об электроэнцефалографии и других методах. Статическая и динамическая координация; методы оценки координации: проба Ромберга. Функциональное состояние некоторых сенсорных систем организма. Исследование вестибулярного аппарата у спортсменов. Координаторные пробы: пальценовая, колено-пяточная пробы и вращательные пробы: Яроцкого, проба в кресле Барани.</p> <p>Врачебно-педагогический контроль в учебно-тренировочном процессе. Самоконтроль спортсмена. Врачебно-педагогические наблюдения (ВПН) за спортсменами в процессе тренировок – одна из главных форм совместной работы врача и тренера. Содержание и задачи ВПН. Роль тренера в постижении задач в познании ВПН на учебно-тренировочных сборах. Значение ВПН в определении общей и специальной работоспособности спортсмена, а также в повышении эффективности тренировочного процесса. Методы исследований</p>	
--	---	--

	<p>при проведении ВПН: анамнез, визуальные и инструментальные методы. Функциональные пробы при ВПН: пробы с дополнительными нагрузками, оценка результатов. Пробы с повторными нагрузками, оценка результатов пробы, их значение в оценке специальной работоспособности спортсменов.</p> <p>Задачи самоконтроля, показатели самоконтроля субъективного и объективного характера. Оценка значимости каждого показателя самоконтроля и интерпретация их в динамике учебно-тренировочных занятий. Простейшие функциональные пробы для самоконтроля и их динамика в процессе макроцикла.</p> <p>Функциональные пробы для оценки уровня функциональной готовности и работоспособности спортсмена</p> <p>Понятие о физической работоспособности по результатам реакции организма на дозирование и максимальные тестирующие физические нагрузки. Методика и интерпретация реакции ССС на субмаксимальные нагрузки: проба Мартине-Кушелевского, проба Летунова, Гарвардский степ-тест, проба PWC 170, тест Купера.</p> <p>Физическая работоспособность в зависимости от пола, возраста, степени тренированности и других факторов. Нормативные показатели у спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой. Максимальное потребление кислорода (МПК) – важный показатель физической работоспособности спортсмена. Методы определения МПК.</p>	
Теория и методика детско-юношеского спорта	<p>Введение в теорию детско-юношеского спорта</p> <p>Теория и методика детско-юношеского спорта как научная и учебная дисциплина. Предмет и проблематика курса.</p> <p>Организационно-методические основы юношеского спорта.</p> <p>Общие основы системы подготовки юных спортсменов.</p> <p>Особенности реализации принципов спортивной тренировки в подготовке юных спортсменов.</p> <p>Построение многолетней спортивной подготовки юных спортсменов.</p> <p>Этап начальной подготовки.</p> <p>Построение многолетней спортивной подготовки юных спортсменов.</p> <p>Этапы спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства в избранном виде спорта.</p> <p>Нормативные основы подготовки юных спортсменов.</p> <p>Соревновательная практика юных спортсменов и ее нормативные основы.</p> <p>Тренировочные нагрузки юных спортсменов и общие подходы к их нормированию.</p> <p>Воспитание двигательных способностей юных спортсменов.</p> <p>Система отбора юных спортсменов.</p> <p>Линии воспитания в системе подготовки юных спортсменов.</p>	ОПК-4
Технологии подготовки спортсменов	<p>Основные положения концепции системы спортивной подготовки.</p> <p>Основные стороны (факторы) в системе подготовки спортсменов; их роль и соотношение как «подсистем» в системе спортивной подготовки.</p> <p>Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсменов. Основные задачи, реализуемые в аспекте отдельных</p>	ОПК-6

	<p>разделов (сторон) спортивной подготовки: патриотического, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания и специальной психологической подготовки, общей и специальной физической, технической, тактической и интегральной подготовки.</p> <p>Спортивная тренировка – основа (главный компонент и основная форма) спортивной подготовки; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования. Эволюция методики спортивной тренировки.</p> <p>Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов, дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсменов.</p> <p>Характеристика факторов внутренировочных воздействий. Общие и специальные принципы подготовки спортсмена; закономерности, определяющие их. Значение общепедагогических (дидактических) принципов (общих принципов обучения и воспитания) и методических принципов физического воспитания как отправных положений деятельности тренера-преподавателя.</p> <p>Специальные принципы и положения, отражающие специфические закономерности спортивной подготовки</p> <p>Средства и методы спортивной подготовки</p> <p>Общеподготовительные, специально-подготовительные, вспомогательные и соревновательные упражнения как основные специфические средства спортивной тренировки. Задачи общей, специальной и вспомогательной подготовки.</p> <p>Методы спортивной тренировки. Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы в спортивной тренировке (их классификация и вводная характеристика).</p> <p>Обобщенное понятие об эффекте тренировочных воздействий: ближайший, отставленный и кумулятивные эффекты тренировки («тренировочные эффекты»); их отличительные признаки и взаимосвязь. Нагрузка и отдых как компоненты тренировочного процесса.</p> <p>Параметры и критерии тренировочных нагрузок; их объем и интенсивность; зоны мощности. Внешние и внутренние характеристики нагрузки. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе (ординарные, жесткие, максимизирующие). Проблема объективной обобщенной оценки параметров тренировочной нагрузки и изменения их эффективности в зависимости от типа интервалов отдыха.</p> <p>Общепедагогические средства и методы в процессе спортивной подготовки. Использование в подготовке спортсменов специализированных форм речевого общения, убеждения, внушения, разъяснения и управления, идеомоторных, аутогенных и других методов.</p>	
--	---	--

Средства и методы наглядно-информационного и сенсорного воздействия в подготовке спортсменов; использование в ней современных технических устройств, новых информационных технологий, тренажерного и контрольного назначения.

Место в системе спортивной подготовки гигиенических, медико-биологических, физиологических, диетологических и других специальных средств повышения функциональных возможностей организма, усиления эффекта тренировки и оптимизации восстановительных процессов (общая систематизирующая характеристика); этические и методические проблемы их применения. Естественно-средовые факторы подготовки спортсмена (направленное использование условий среднегорья, сезонно-климатических условий и т. д.); основные методические правила, регулирующие их целесообразное применение.

Общие условия жизни спортсмена как факторы, влияющие на систему его спортивной подготовки; взаимосвязь режима жизни и режима спортивной деятельности.

Основные разделы (стороны) спортивной подготовки (содержание и основы методики)

Специфическое содержание физической подготовки: ее роль, подразделы и соотношения с другими разделами спортивной подготовки. Взаимосвязи разделов (подразделов) физической подготовки спортсмена. Теоретико-методические основы использования эффекта «переноса» при совершенствовании различных двигательных способностей в процессе спортивной подготовки. Зависимость содержания и соотношения сторон физической подготовки от особенностей спортивной специализации, возрастных, половых особенностей и этапа спортивного совершенствования.

Общая характеристика силовых способностей. Общие и частные задачи, решаемые в процессе силовой подготовки спортсмена; критерии их реализации. Особенности состава средств и определяющие черты методики совершенствования собственно силовых (максимальная сила, взрывная сила, силовая выносливость) и скоростно-силовых способностей спортсмена. Возрастные особенности развития силовых способностей.

Средства совершенствования силовых способностей (общая физическая (силовая) подготовка; специальная и вспомогательная силовая подготовка); общего, частного и локального воздействия на организм спортсмена.

Методы совершенствования силовых способностей (режимы работы). Проблемы регулирования мышечной массы спортсмена, возникающие в процессе силовой подготовки в зависимости от специфики вида спорта; пути их решения. Тенденции планирования силовой подготовки в процессе многолетней тренировки. Общее представление о специальных дополнительных факторах, используемых в ходе силовой подготовки спортсменов (специализированное питание, электростимуляционные средства и др.).

Общая характеристика скоростных возможностей. Общие и частные задачи, решаемые в процессе скоростной подготовки спортсменов; критерии их реализации. Факторы, лимитирующие

	<p>проявление скоростных способностей. Физиологические механизмы энергообеспечения, обуславливающие проявление скоростных возможностей. Возрастные особенности развития скоростных возможностей.</p> <p>Особенности комплекса средств и определяющие черты методики совершенствования быстроты двигательных реакций (простых и сложных) и быстроты (частоты) движений. Проблемы предупреждения и преодоления «скоростного барьера», возникающие при стимуляции скоростных способностей, пути их решения. Тенденции изменения процесса совершенствования скоростных возможностей в ходе многолетней спортивной подготовки.</p> <p>Общее представление о специальных дополнительных средствах, используемых в связи с воспитанием скоростных способностей спортсмена (технические устройства, облегчающие проявление быстроты, электролидеры и др.).</p> <p>Общая характеристика выносливости. Общие и частные задачи, решаемые в процессе воспитания выносливости спортсмена; критерии их реализации. Стороны проявления выносливости (виды выносливости). Физиологические механизмы энергообеспечения, обуславливающие проявление выносливости. Возрастные особенности развития выносливости.</p> <p>Особенности комплекса средств и определяющие черты методики воспитания общей и специальной выносливости; проблемы воспитания специфической соревновательной выносливости и пути их решения.</p> <p>Тенденции изменения процесса воспитания выносливости в ходе многолетней спортивной подготовки. Общее представление специальных дополнительных факторах, используемых в связи с воспитанием выносливости спортсмена (условия гипоксии, оксигенации, гипо- и гипертермии, специализированное питание и др.).</p> <p>Оценка и методика совершенствования общей и специальной выносливости в избранном виде спорта. Нетрадиционные методы совершенствования выносливости.</p> <p>Характеристика гибкости как морфофункционального свойства опорно-двигательного аппарата человека. Активная и пассивная гибкость. Факторы, лимитирующие проявление гибкости. Задачи по совершенствованию гибкости в физической подготовке спортсмена; критерии их организации и ограничительные условия. Возрастные особенности развития гибкости.</p> <p>Особенности комплекса средств и определяющие черты методики совершенствования гибкости спортсмена. Классификация средств совершенствования гибкости. Этапы воспитания гибкости. Компоненты тренировочных нагрузок при направленном совершенствовании гибкости.</p> <p>Тенденции изменения воздействий, направленных на развитие гибкости, в процессе многолетней спортивной подготовки. Общая характеристика координационных способностей. Воспитание координационных способностей как одно из объединяющих направлений технической, тактической и других разделов</p>	
--	--	--

	<p>подготовки спортсмена. Классификация координационных способностей. Возрастные особенности развития координационных способностей.</p> <p>Основные направления, требования, методы и методические приемы совершенствования координационных способностей. Средства совершенствования координационных способностей. Пути совершенствования отдельных функциональных свойств и комплексных способностей, обуславливающих качество управления спортивными движениями.</p> <p>Общие и частные задачи, решаемые в процессе технической подготовки спортсмена, и критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-технической подготовке (систематизационная характеристика). Стадии и этапы технической подготовки спортсмена как многолетнего непрерывного процесса достижения технического мастерства и его углубленного совершенствования; их соотношение с общей структурой тренировочного процесса.</p> <p>Основы методики спортивно-технической подготовки. Особенности методики формирования новых спортивно-технических умений и навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий при формировании ориентировочной основы нового соревновательного действия, при его практическом разучивании или существенной перестройке освоенных ранее навыков).</p> <p>Содержание системы тактической подготовки. Общие и частные задачи, решаемые в процессе тактической подготовки спортсмена (спортивной команды), критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в целях спортивно-тактической подготовки. Этапы спортивно-тактической подготовки, их соотношение с этапами спортивно-технической подготовки и периодикой тренировочного процесса.</p> <p>Виды психологической подготовки. Конкретные мотивационные основы деятельности спортсмена; проблемы их направленного формирования и коррекции. Принципы формирования и регулирования межличностных и внутри коллективных отношений в условиях спортивной деятельности. Личностные качества тренера и стили его мышления. Теория спортивного конфликта.</p> <p>Воспитание волевых и связанных с ними качеств «спортивного характера»; содержание и основы методики всесторонней волевой подготовки спортсмена.</p> <p>Понятие о специализированных восприятиях. Основные функции специализированных восприятий. Взаимодействие различных анализаторов в специфических условиях конкретной спортивной деятельности.</p> <p>Методика построения тренировочного процесса</p> <p>Сущность связей и отношений, определяющих структуру спортивной тренировки. Внешние и внутренние факторы и условия, влияющие на нее. Взаимобусловленность структуры и содержания тренировки. Взаимосвязь структуры тренировочного процесса и системы спортивных состязаний.</p> <p>Классификация структур, характеризующих различные звенья,</p>	
--	---	--

	<p>этапы и стадии тренировочного процесса (микроструктура, мезоструктура, макроструктура)</p> <p>Тренировочное занятие как относительно самостоятельное звено тренировочного процесса. Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке; их этапы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру; зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их задач, места в структуре микроциклов тренировки. Типы и организация тренировочных занятий (в зависимости от поставленных задач; по направленности; по величине нагрузки).</p> <p>Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов.</p> <p>Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно за-конченный этап (под этап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов, их характеристика; основные факторы, обуславливающие вариативность их структуры.</p> <p>Закономерности развития спортивной формы как естественное начало периодизации спортивной тренировки. Сущность спортивной формы (как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению), ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки.</p> <p>Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Основные обстоятельства, обуславливающие ее вариации.</p> <p>Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки. Определяющие черты подготовительного периода (периода фундаментальной подготовки) в большом тренировочном цикле; особенности решаемых задач и критерии их реализации, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Его временные границы. Система мезоциклов, типичная для подготовительного периода; ее оправданные вариации, зависящие от условий построения тренировки.</p> <p>Определяющие черты соревновательного периода (периода основных состязаний) в большом тренировочном цикле, характерные для этого периода особенности тренировочного процесса (по направленности, составу средств и методов, динамике нагрузок и т.д.).</p> <p>Закономерности непосредственной подготовки к основным (особо ответственным) состязаниям; ее особенности, зависящие от специфики условий состязаний (соревновательного режима, порядка розыгрыша первенства, географических условий и т.д.). Правила моделирования предстоящих состязаний и условий «поля боя» в предсоревновательной подготовке.</p> <p>Варианты структуры соревновательного периода. Условия</p>	
--	--	--

	<p>сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы как необходимый компонент его структуры.</p> <p>Временные границы соревновательного периода; оправданный диапазон варьирования его продолжительности в зависимости от системы спортивных состязаний, особенностей видов спорта, уровня подготовленности спортсмена и других условий</p> <p>Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Основные факторы, приводящие к выделению этого периода в системе построения тренировки.</p> <p>Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки. Дополнительные факторы ускорения восстановительных процессов в переходном периоде. Его оправданная продолжительность и допустимые границы ее колебания в зависимости от предшествующих суммарных нагрузок, состояния тренированности спортсмена и других условий. Обстоятельства, допускающие возможность эпизодического «выпадения» переходного периода из структуры тренировочного макроцикла.</p> <p>Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса спортивной подготовки. Их примерные возрастные и временные границы. Социальные и биологические факторы, обуславливающие особенности спортивной подготовки на различных стадиях многолетнего процесса спортивного совершенствования.</p> <p>Этап начальной подготовки. Предварительная спортивная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Проблема своевременного (в возрастном аспекте) начала занятий. Особенности предварительной спортивной подготовки.</p> <p>Проблемы спортивной ориентации и отбора для специализированной спортивной подготовки (общетеоретические и педагогические аспекты). Основные задачи спортивной подготовки на этапе.</p> <p>Этап предварительной базовой подготовки. Основная направленность и характер процесса спортивной подготовки. Особенности структуры годичной подготовки.</p>	
<p>Лечебно-физическая культура</p>	<p>Общие основы лечебной физической культуры и массажа</p> <p>Понятие о лечебной физической культуре (ЛФК), обоснование особенности ЛФК в отличие от других методов реабилитации.</p> <p>Клинико-физиологическое обоснование лечебно-восстановительного применения физических упражнений, механизмы действия физических упражнений на организм больного.</p> <p>Средства лечебной физической культуры, классификация физических упражнений. Формы занятий ЛФК. Методические принципы и способы дозировки физических упражнений в ЛФК.</p> <p>Периоды реабилитации, двигательные режимы в ЛФК, показания и противопоказания к назначению.</p>	<p>ОПК-1</p>

Оценка эффективности занятий в ЛФК, физиологическая кривая нагрузки. Схема организации занятий лечебной гимнастики в лечебно-профилактических учреждениях.

Классификация массажа, физиологические механизмы действия массажных приемов на основные системы и органы организмов.

Противопоказания массажа к назначению.

Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях различных органов и систем.

ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основные клинические данные о заболеваниях сердца и сосудов (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, пороки сердца, атеросклероз, гипертоническая болезнь, гипотоническая болезнь, заболевания сосудов и др.). Показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры. Особенности методики лечебной физической культуры и массажа при отдельных заболеваниях сердца и сосудов. Двигательные режимы в условиях стационара и санатория. Современная система реабилитации при сердечно-сосудистых заболеваниях и роль лечебной физической культуры. Особенности методики занятий физическими упражнениями в группах здоровья с лицами, имеющими отклонения в состоянии сердечно-сосудистой системы.

ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания. Основные клинические данные о заболеваниях органов дыхания (острая и хроническая пневмония, плеврит, бронхиальная астма, эмфизема легких). Механизмы лечебного действия физических упражнений. Особенности методики лечебной физической культуры массажа при отдельных заболеваниях органов дыхания. Специальные дыхательные упражнения. Система реабилитации больных с заболеваниями легких на различных этапах. ЛФК и массаж при заболеваниях органов пищеварения и расстройствах обмена веществ. Основные клинические данные о заболеваниях органов пищеварения (гастриты, дисфункции кишечника и желчевыводящих путей, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, опущение органов брюшной полости). Механизмы лечебного действия физических упражнений. Особенности методики ЛФК и массажа при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

ЛФК и массаж при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваний суставов. Краткая характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и заболеваний суставов (артрозы, артриты ревматоидные, ревматические, болезнь Бехтерева, остеохондрозы позвоночника) и их классические проявления.

ЛФК и массаж при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии. Методика лечебной физической культуры при сколиозе.

Организация и методика проведения лечебно-профилактических

	<p>мероприятий в медицинских учреждениях, в школах, на дому. Краткие данные о плоскостопии. Методика лечебной физическо культуры и особенности проведения занятий физической культурой и спортом при плоскостопии.</p> <p>ЛФК и массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы.</p> <p>Краткие данные о проявлениях заболеваний и повреждений нервной системы. Расстройства движений (спастические и вялые параличи, гиперкинезы), чувствительности, функций вегетативного отдела и трофической функции нервной системы. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах головного и спинного мозга. Основные клинические данные о заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. Лечебная физическая культура при функциональных заболеваниях центральной нервной системы. Основные клинические данные о неврозах: неврастения, истерия, психостерия. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений. Особенности лечебного применения физических упражнений. Физическая культура в специальных медицинских группах.</p> <p>Характеристика специальной медицинской группы. Задачи физического воспитания в этой группе.</p> <p>Организация и методика занятий по физическому воспитанию со студентами специальных медицинских групп.</p> <p>Особенности методики занятий физическими упражнениями студентов с различными видами отклонений в состоянии здоровья.</p> <p>Медико- педагогический контроль в процессе физического воспитания.</p>	
<p>Основы диетологии</p>	<p>Обмен веществ. Основы рационального питания. Обмен белков. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Суточная потребность в белках с учетом возраста и специфики спортивной специализации, полноценные и неполноценные белки. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Обмен углеводов. Роль углеводов в организме. Энергетическая ценность и суточная потребность углеводов. Регуляция уровня глюкозы в крови регуляция углеводного обмена. Особенности углеводного обмена при мышечной работе. Обмен липидов. Роль жиров в организме. Энергетическая ценность и суточная потребность жиров.</p> <p>Мобилизация использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена. Обменные процессы при мышечной работе. Принципы рационального сбалансированного питания. Энергетическая стоимость разных видов мышечной деятельности. Соотношение белкового, углеводного и жирового обмена во время мышечной работы.</p>	<p>ОПК-6</p>

2.4. Содержание практики

Педагогическая практика проводится после овладения слушателями основных теоретических дисциплин с отрывом от занятий. Аттестация по итогам практики осуществляется на основе оценки решения слушателями задач практики, отзыва руководителей практики об уровне их знаний и владении профессиональными компетенциями. По результатам аттестации выставляется оценка по шкале: «зачтено», «не зачтено». Оценка по практике вносится в приложение к диплому.

Цель педагогической практики – совершенствование опыта целостной педагогической деятельности, профессиональных и методических умений; знакомство с организацией научно-методической работы в образовательной организации; формирование умений самостоятельной организации образовательного процесса в образовательной организации; формирование умений осуществления педагогического наблюдения и анализа педагогической действительности; развитие интереса к педагогической деятельности, творческого подхода к организации деятельности учащихся, а также формирование педагогического мышления, овладение алгоритмом ведения исследования и специальных умений на основе систематизации теоретических знаний и их интеграции в процессе осуществления самостоятельной педагогической деятельности;

База педагогической практики – образовательные организации.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

Лекции и практические занятия проводятся как в учебных аудиториях, так и в аудиториях, оснащенных мультимедийным оборудованием, и компьютерных классах.

<i>Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Наименование оборудования, программного обеспечений</i>
Мультимедийная аудитория	Лекции, практические занятия	Компьютер с выходом в Интернет, мультимедийный проектор, экран, доска, интерактивная доска.
Тренажерный зал	Практические занятия	Инвентарь для занятий атлетической гимнастикой, массажный стол.
Рабочее место пользователя, компьютерный класс.	Самостоятельная работа	Компьютер с выходом в Интернет

При организации обучения занятия проводятся с использованием дистанционных технологий на сайте <http://ispa.belovo.ru> и с помощью платформы для видеоконференций Zoom.

3.2. Перечень методов, средств обучения и образовательных технологий

При реализации ДПП рекомендуются следующие основные образовательные технологии: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов.

Используются традиционные и активные методы обучения.

Лекция-беседа («диалог с аудиторией») предполагает непосредственный контакт преподавателя с аудиторией и позволяет привлекать внимание студентов к наиболее важным вопросам темы, определять содержание и темп изложения учебного материала с учетом возрастных и психологических особенностей студентов. В основе лекции-беседы лежит диалогическая деятельность, что обеспечивает более высокую активность

аудитории, поскольку диалог требует постоянного умственного напряжения, мыслительной активности.

Лекция-визуализация является результатом нового использования принципа наглядности, содержание которого меняется под влиянием данных психолого-педагогической науки, форм и методов активного обучения. Подготовка данной лекции преподавателем состоит в переконструировании учебной информации по теме лекционного занятия в визуальную форму для представления студентам через технические средства обучения (мультимедийные презентации). Чтение лекций сводится к связному, развернутому комментированию преподавателем подготовленных наглядных материалов, полностью раскрывающему тему данной лекции. Представленная таким образом информация обеспечивает систематизацию имеющихся у студентов знаний, создание проблемных ситуаций и возможности их разрешения.

На всех лабораторных занятиях практикуется регулярное решение частных задач исследовательского характера.

Деловая и/или ролевая игра – совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать профессиональные задачи.

«Мозговой штурм» - метод коллективного генерирования идей и их конструктивная проработка при решении проблемных заданий предполагает создание условий для развития умений выражать собственные взгляды, работать во взаимодействии с другими людьми и т.д.

Кейс – проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.

3.3 Квалификация педагогических кадров

Реализация образовательной программы дополнительной профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт» с присвоением квалификации «Тренер-преподаватель» обеспечена научно-педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и научно-методической деятельностью.

3.4 Учебно-методическое обеспечение программы

Программа дополнительного профессионального образования обеспечена необходимой учебно-методической документацией и материалами по всем дисциплинам.

Каждый слушатель обеспечен доступом к электронно-библиотечной системе, содержащей издания по основным изучаемым дисциплинам и сформированной по согласованию с правообладателями учебной и учебно-методической литературы. Электронно-библиотечные системы «Лань», «Юрайт» обеспечивают возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет.

Основная учебная литература

1. Баданина, Л.П. Основы общей психологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.П. Баданина. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2017. — 448 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/99983>. — Загл. с экрана.
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. —

URL: <https://urait.ru/bcode/453843>

3. Гуревич, П. С. Психология : учебник для академического бакалавриата / П. С. Гуревич. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 465 с. — (Серия : Авторский учебник). — ISBN 978-5-9916-5042-7.

4. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 350 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11218-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456927>.

5. Загвязинский, В. И. Теория обучения и воспитания : учебник и практикум для вузов / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 230 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9831-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449911>.

6. Иванников, В. А. Общая психология : учебник для академического бакалавриата / В. А. Иванников. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 480 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03357-1.

7. Касаткина, Н.Э. Педагогика: курс лекций [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.Э. Касаткина, Е.Л. Руднева. — Электрон. дан. — Кемерово : КемГУ, 2015. — 216 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/80057>. — Загл. с экрана.

8. Коджаспирова, Г. М. Педагогика : учебник для академического бакалавриата / Г. М. Коджаспирова. — 4-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 719 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3603-2.

9. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л. С. Подымова [и др.] ; под общ. ред. Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-07741-4.

10. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 1 : учебник для академического бакалавриата / И. П. Подласый. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 404 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01919-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/5FE9FBFBE1-E147-48EF-A18A-F2636ED64313.

11. Подласый, И. П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 2 : учебник для академического бакалавриата / И. П. Подласый. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 386 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01921-6.

12. Психология : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. С. Обухов [и др.] ; под общ. ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 404 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00631-5.

13. Пельменев, В. К. История физической культуры : учебное пособие для вузов / В. К. Пельменев, Е. В. Конеева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11804-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455416>

14. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467588>

Дополнительная учебная литература

1. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: занятия футболом : учебное пособие для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева, Д. Ю. Колчанов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 172 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12708-9. — Текст :

электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448155>.

2. Канке, В. А. Теория обучения и воспитания : учебник и практикум / В. А. Канке. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 297 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01217-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450651>.

3. Коджаспирова, Г. М. Общие основы педагогики : учебник для академического бакалавриата / Г. М. Коджаспирова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 151 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04163-7.

4. Крившенко, Л. П. Педагогика : учебник и практикум для академического бакалавриата / Л. П. Крившенко, Л. В. Юркина. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 400 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07709-4.

5. Лукьянец, Н. В. Физическая культура и здоровый образ жизни студентов в вузе : учебное пособие / Н. В. Лукьянец. — 2-е изд. — Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2013. — 164 с. — ISBN 978-5-8353-1346-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/42947> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 149 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12652-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447949>

7. Морозова, Л. Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие для вузов / Л. Д. Морозова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11435-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456949>.

8. Педагогика в 2 т. Том 2. Теория и методика воспитания : учебник и практикум для вузов / М. И. Рожков, Л. В. Байбородова, О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк ; под редакцией М. И. Рожкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 252 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06489-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454046>.

9. Немов, Р.С. Психология. В 3-х кн. Кн. 1. : Общие основы психологии [Электронный ресурс] : учебник / Р.С. Немов. — Электрон. дан. — Москва : Владос, 2010. — 687 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/96404>. — Загл. с экрана.

10. Общая психология: хрестоматия [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. Бровина Л.Б., Сергеева Т.А.. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2015. — 240 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74642>. — Загл. с экрана.

11. Шадриков, В. Д. Общая психология : учебник для академического бакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилев. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 411 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03023-5.

12. Хайбуллина, Д. Р. Физическая культура личности в системе формирования здорового образа жизни студентов : учебное пособие / Д. Р. Хайбуллина. — Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2014. — 112 с. — ISBN 978-5-8353-0732-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/42970> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

13. Чурекова, Т.М. Общие основы педагогики [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т.М. Чурекова, И.В. Гравова, Ж.С. Максимова. — Электрон. дан. — Кемерово : КемГУ, 2010. — 65 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/30035>. — Загл. с экрана.

Перечень электронных ресурсов

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Ресурс содержит в себе разнообразные виды информации о спорте. Каталог Интернет-ресурсов, Отраслевой банк данных, Спортивный фотобанк, Календарь региональных мероприятий, Государственные и общественные спортивные организации. Предусмотрен поиск органов управления физической культурой и спортом зарубежных стран, <http://www.infosport.ru>

2. Научная электронная библиотека. eLIBRARY - Научная электронная библиотека (Москва). <http://www.elibrary.ru/>. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - это крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты научных статей и публикаций. На платформе eLIBRARY.RU доступны электронные версии российских научно-технических журналов, в том числе более ряда журналов в открытом доступе. Поиск в базе осуществляется по ключевым словам, по автору, по названию журнала, в новых поступлениях, в тематическом рубрикаторе журналов, в алфавитном списке журналов. Возможно использование логических операторов (И, ИЛИ) и задание поиска по фразе. Полные тексты статей предоставляются в PDF-формате.

3. Российская Спортивная Энциклопедия. Предоставляются электронные версии учебников, лекционных материалов, практических заданий, тестов, электронных версий периодических изданий, информационно-справочных и библиографических баз данных, а также ссылки на тематические ресурсы Интернета. В энциклопедии содержатся как текстовые материалы, так и материалы в мультимедийных форматах. <http://www.libsport.ru/>

4. Научный портал «Теория. Ру». С помощью портала Вы можете ознакомиться с новыми и архивными номерами научных журналов «Теория и практика физической культуры» и «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», приобрести книги, посвященные новейшим исследованиям в области физической культуры и спорта,

подписаться на рассылку новостей спортивной науки. Если Вы - студент или аспирант, то на научном портале Вы найдете для себя массу полезной информации о предстоящих выставках, конференциях и конгрессах, а также сможете скачать авторефераты докторских и кандидатских диссертаций, рефераты и книги. Если же Вы просто любите спорт, этот портал тоже для Вас. Здесь Вы найдете много интересной информации по интересующим Вас вопросам. <http://www.teoriya.ru/>

5. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры". <http://www.te> Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка" <http://www.teoriya.ru/fkvot/>

6. Научно теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта» входит Перечень ведущих рецензируемых научных журналов и изданий, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертации на соискание ученой степени доктора и кандидата наук по педагогике и психологии. В журнале публикуются научные статьи по актуальным проблемам педагогике и психологии. В журнале публикуются оригинальные материалы, освещающие проблемы теории и методики физической культуры и спорта, спортивной тренировки, адаптивной физической культуры, медико-биологических и психологических проблем физической культуры и спорта, спорта высших достижений, теории и методики профессионального образования, научные изыскания носящие как экспериментальный, так и теоретический характер. <http://lesgaft-notes.spb.ru/oriya.ru/journals/>.

7. Сайт «Я иду на урок физкультуры» создан на основе материалов журнала «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября». <http://spo.1september.ru/urok/>

9. Интернет ресурс клуба учителей физической культуры Ульяновской области. <http://ipk.ulstu.ru/?q=node/2659>. Раздел «В помощь учителю физической культуры».
- 10.Международный олимпийский комитет <http://www.olympic.org/>
- 11.Международный паралимпийский комитет <http://www.paralympic.org/>
- 12.Международные спортивные федерации
http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp
- 13.Международная ассоциация спортивной информации <http://www.iasi.org/>
- 14.Российский олимпийский комитет <http://www.olympic.ru>
- 15.Ссылки на центры спортивной информации
http://www.aafla.org/4sl/links_frmst.ht
16. Фонд любительского спорта Лос-Анджелеса (AAFLA) является научным и обучающим центром, цель которого - развитие спортивной науки и образования. Фонд располагает самой большой научной библиотекой Северной Америки (Центра спортивных ресурсов Пауля Циффрена). <http://www.aafla.org/>
- 17.Европейский футбол <http://www.euro-football.ru/>
18. Центральная научная спортивная библиотека Германии. Возможен поиск в электронном каталоге<http://zb-sport.dshs-koeln.de/>
19. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту Российского государственного университета физической культуры и спорта. Возможен поиск информации в электронном каталоге. В разделе новости представлены материалы конференций, проводимых на базе РГУФК <http://lib.sportedu.ru/>
20. Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры <http://www.sibsport.ru/www/sibsport.nsf/0/5638BC150E2675F546256E62002384EB?opendocument>
- 21.Институт спортивной науки <http://www.gssiweb.com/>
- 22.Наука о тренерской работе (Abstracts) <http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.ht>
- 23.Энциклопедия по видам спорта <http://www.infosport.ru/sp>
24. Всемирный антидопинговый кодекс на русском языке
http://lib.sportedu.by/internet/title/code_ru.pdf
25. Сайт Всероссийского научно – исследовательского института физической культуры. <http://www.vniifk.ru/>
- 26.Сайт Санкт – Петербургского института физической культуры.
<http://www.spbniiifk.ru/>.
- 27.Сайт НИИ Спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. <http://science.sportedu.ru/>.
28. <http://sportteacher.ru/association/> - сайт объединения учителей физической культуры России. Созданный интернет-портал даст возможность получать наиболее оперативную и интересную информацию о деятельности сообщества учителей физической культуры и поможет сформировать представление о положении системы физического воспитания в целом. С помощью данного веб-ресурса учителя физической культуры смогут обмениваться опытом, мнениями, профессиональными наработками и методическими материалами, участвовать в обсуждении волнующих вопросов в области спорта, здорового образа жизни и физического воспитания.
- 29.<http://news.sportbox.ru/> - ежедневные новости спорта
30. <http://amfr.ru/edu/mishka/> - сайт ассоциации мини – футбола России. Общероссийский проект мини- футбол в школу.
31. <http://www.vegagroupp.ru/> - производство уличного игрового и спортивно развивающего оборудования.

32. <http://www.pc-olymp.ru/> - спортивное оборудование
33. <http://mon.gov.ru/> - Министерство образования и наука

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

4.1 Текущий контроль и промежуточная аттестация

Оценка успеваемости слушателей по учебным дисциплинам осуществляется в ходе текущего и промежуточного контроля.

Текущий контроль – это непрерывно осуществляемое наблюдение за уровнем усвоения знаний и формированием умений, навыков и компетенций. Формами текущего контроля являются опросы, собеседования, решение практически ситуационных задач в рамках лекционных и практически занятий.

Промежуточный контроль – это вид контроля, предусмотренный учебным планом, который проводится в форме зачетов по учебным дисциплинам.

Компетенции по дисциплине формируются последовательно в ходе проведения теоретических и практических занятий. Для контроля знаний обучающихся разработаны вопросы, выносимые на зачет. В рамках вопросов, как правило, по каждой учебной дисциплине разработаны тестовые задания, целью проведения которых является проверка знаний. Для контроля практического опыта «уметь и владеть» применяются практические задачи. Типовые вопросы и типовые задачи, а также критерии их оценивания содержатся в рабочих программах дисциплин программы профессиональной переподготовки.

По учебным дисциплинам установлены следующие универсальные критерии оценки знаний (умений и владения) слушателей:

в форме зачета:

- отметка **«зачтено»** ставится слушателю, если он обнаруживает полное знание учебно-программного материала, успешно выполняет предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу по курсу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной в программе, без затруднений излагает материал в устной речи, владеет специальной терминологией;

- отметка **«не зачтено»** ставится, если студент обнаружил пробелы в знаниях основного программного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, затрудняется в устном изложении материала, не владеет специальной (по данной учебной дисциплине) и плохо владеет общенаучной терминологией.

Допускается по усмотрению преподавателей с учетом специфики дисциплины установление самостоятельных критериев и шкалы оценивания, которые в обязательном порядке отражаются в рабочих программах учебных дисциплин.

Для оценки качества подготовки слушателей созданы фонды оценочных средств по всем дисциплинам программы профессиональной переподготовки, включающие:

- тестовые задания (на проверку знаний);
- практические задачи (на проверку умений и владения)
- критерии и шкалу оценивания.

Условия, процедура подготовки и проведения зачета по отдельной дисциплине самостоятельно разрабатываются преподавателями (ФОС представлен в каждой рабочей программе по дисциплине, включённой в ДПП).

4.2 Итоговая аттестация

Целью итоговой аттестации является оценка уровня сформированности профессиональных компетенций слушателей. Итоговая аттестация (далее – ИА)

направлена на установление соответствия уровня профессиональной подготовки обучающихся требованиям. Итоговая аттестация слушателей по программе «Физическая культура и спорт» состоит из междисциплинарного экзамена по специальным дисциплинам.

Целью ИА является установление уровня подготовки обучающихся и установление уровня их готовности к выполнению профессиональных задач.

Критерии оценки ответов слушателей на экзамене:

1. Уровень усвоения материала, предусмотренного ДПП.
2. Умение анализировать материал, устанавливая причинно-следственные связи.
3. Ответы на вопросы: полнота, аргументированность, убежденность.
4. Качество ответа (его общая композиция, логичность, общая эрудиция).
5. Использование дополнительной литературы при подготовке ответов.

«Отлично» ставится слушателю, проявившему высокий уровень сформированности компетенций, владеющему всеми видами знаний – фактами, понятиями, закономерностями, теориями, методологическими и оценочными знаниями. В ответе слушателя проявляется: во-первых, знание основных теоретических положений специальных дисциплин; во-вторых, самостоятельность суждений и личных оценок; в-третьих, умение аргументировать свои суждения. Как правило, оценка «отлично» выставляется слушателю, показавшим взаимосвязь основных понятий дисциплины с профессиональной деятельностью, проявившим творческие способности в понимании (посредством приведения примеров).

При анализе ситуаций проявляется умение подходить с позиций «общего», видеть в конкретных ситуациях ведущие характеристики; слушатель владеет логикой – прежде всего, анализирует (излагает) сущностные характеристики процессов развития, воспитания и обучения, а затем - вариативность и особенности их проявления, зависящие от уровня высшего образования, конкретных ситуаций и особенностей личности.

«Хорошо» - знания этих слушателей, как составляющая компетенций, характеризуется такими качествами, как «полнота», «глубина», «системность», но они испытывают затруднения проявлять знание в обобщённой и конкретной форме, в свёрнутой и развёрнутой формах, не в полной мере владеют и «систематичностью» знаний, т.е. при изменении проблемы или формулировки вопроса они не могут выстроить известные им знания под новым углом зрения.

Для этой категории слушателей характерно: отсутствие самостоятельности суждений; на высоком уровне проявляется умение воспроизводить известные им по литературе знания и опыт; неумение обосновывать высказываемые им суждения. Демонстрируется умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер

«Удовлетворительно» - знания характеризуются сформированностью только одного качества «полнота», причём, слушатель ориентируется только на те знания, которые изложены в учебнике. В ответе преобладают знания, в основном, фактического (эмпирического) уровня, отдельных терминов и понятий. Несформированность ряда компетенций, «глубины» и «системности» не позволяет им осмыслить закономерности процессов развития, воспитания и обучения личности студента, педагогические теории излагаются вне связи её составляющих знаний.

Для этой категории слушателей при ответе характерен «ситуативный» характер мышления. Они испытывают затруднения при изложении проблемы «общего» и «конкретного». Ими не усвоены ведущие характеристики процессов развития, воспитания и обучения, ответ построен на основе описания конкретных ситуаций, они не видят возможностей проявления общих характеристик при анализе конкретных ситуаций. Имеются затруднения с выводами.

«Неудовлетворительно» - компетенции не сформированы, слушатели при ответе подходят к анализу процессов развития, воспитания и обучения с бытовых позиций. Можно считать, что изучение всех учебных дисциплин ДПП не привнесло ничего нового в профессиональное развитие личности слушателя как будущего преподавателя среднего профессионального образования, профессионального обучения и дополнительного профессионального образования.

5 СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

Лендина А.А.- преподаватель кафедры гуманитарных наук Беловского института (филиала) ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет».