

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

Рассмотрено
на заседании
Педагогического совета
протокол № 8 от 18.04 2019 год



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ
«СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРОВ В СВЕТЕ ТРЕБОВАНИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫХ
СТАНДАРТОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДАМ СПОРТА»

г. Калининград
2019 год

Содержание

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в свете
требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам
спорта»

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание программы	12
3.	Условия реализации программы	29
4.	Оценка качества освоения программы	30
5.	Приложения	30

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность. Федеральный закон «О внесении изменений в ФЗ от 06 декабря 2011 года № 412-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» предусматривает введение федеральных стандартов спортивной подготовки по каждому виду спорта на всей территории Российской Федерации.

Стандарты предъявляют требования к кадровым условиям, в числе которых уровень квалификации тренеров, непрерывность их профессионального развития. Настоящая дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в свете требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта» предназначена для тренеров, специалистов, работающих в учреждениях спортивной направленности в условиях развивающейся системы российского образования. Содержание программы направлено на создание условий для знакомства слушателей с современной образовательной политикой, инновационным теоретическим и практическим опытом в области спорта.

Эффективное развитие сферы физической культуры и спорта на современном этапе возможно только при условии высокой компетентности тренеров. Под компетентностью понимается новообразование субъекта деятельности, формирующееся в процессе профессиональной подготовки, представляющее собой системное проявление знаний, умений, способностей и личностных качеств, позволяющее успешно решать функциональные задачи, составляющих сущность профессиональной деятельности.

Ключевыми профессиональными компетенциями современного тренера в сфере физической культуры и спорта являются компетентность в области постановки целей и задач спортивной тренировки; обеспечения информационной основы тренировочной деятельности; разработки

программы деятельности и принятия педагогических решений; организации тренировочного процесса.

Правительством Российской Федерации 07 августа 2009 г. № 1101-р утверждена Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года, основной целью которой является создание условий, обеспечивающих возможность для граждан страны, в первую очередь для детей и молодежи, вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта.

Актуальность содержания программы обусловлена переходом на Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта в спортивных школах. Федеральные стандарты спортивной подготовки предназначены для обеспечения единства основных требований к спортивной подготовке на всей территории Российской Федерации, планомерности осуществления спортивной подготовки на всей территории Российской Федерации и для подготовки спортсменов высокого класса для спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации. Реализация Федеральных стандартов требует обновления содержания тренировочного процесса, в связи с изменениями потребностей личности, общества и государства. Вследствие чего, формируется социальный заказ в системе повышения квалификации тренеров, выражающийся в требованиях к повышению профессиональной компетентности специалиста, занимающегося с обучающимися различных возрастов и обладающего необходимым уровнем методической культуры и сформированной готовностью к непрерывному процессу образования в течение всей жизни, выполнение которых должно привести к новому уровню личностного развития юного спортсмена, развития его способностей.

1.2. Цель и задачи реализации программы: повышение профессиональных компетенций слушателей в вопросах совершенствования

тренировочного процесса в учреждениях физкультурно-спортивной направленности, обеспечивающих способность к проектированию, эффективной организации профессиональной деятельности, ориентированной на достижение нового качества образования в соответствии с целевыми установками Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Для реализации цели программы необходимо решить комплекс задач:

- способствовать внедрению в тренировочный процесс современных эффективных методик физического воспитания и спортивной тренировки, учитывающих индивидуальные психологические, физиологические особенности развития детей и подростков, региональные особенности Калининградской области;
- систематизировать и совершенствовать технологию оценочно-аналитического компонента результативности процесса спортивной тренировки, поиска, обработки и использования современной информации;
- обеспечить общее понимание слушателями основных приоритетов современной государственной политики в сфере образования, культуры и спорта, в том числе, понимание роли тренера в модернизации и развитии спортивных учреждений;
- ознакомить с современным передовым педагогическим и инновационным опытом в области спорта;
- способствовать формированию методологической культуры слушателей в вопросах проектирования моделей организации тренировочного процесса на основе современных технологий обучения в понимании принципов, целей и задач оценки результатов обученности;
- готовить специалистов в области физической культуры и спорта к новым видам коммуникативной деятельности в образовательном процессе: проектирование учебных ситуаций, включение обучающихся в различные виды деятельности;

- заложить основы технологических знаний слушателей в области создания и развития современной информационной образовательной среды тренировочного процесса.

Критерии оценки компетентности слушателя по итогам прохождения курсов как совокупный ожидаемый результат представляют собой следующие характеристики, которыми должны обладать специалисты в области спорта:

Название модуля	Наименование и (или) описание компетенции
Общекультурные компетенции (ОК)	
Модуль 1: Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	Знание вопросов государственной политики в сфере образования, культуры и спорта и умение в них ориентироваться (ОК-1)
	Понимание необходимости, сущности и специфики модернизации образовательного процесса в свете требований ФГОС, его отличий от предшествующих типов и моделей обучения и тренировки; владение соответствующим понятийным аппаратом и терминологией (ОК-2)
	Способность использовать знания о современной естественнонаучной картине мира в образовательной и профессиональной деятельности, применять методы математической обработки информации, теоретического и экспериментального исследования (ОК-3)
	Способность совершенствовать и развивать свой общеинтеллектуальный и общекультурный уровень (ОК-4)
Профессионально-деятельностные компетенции (ПДК)	
Модуль 1: Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	Знание нормативной и правовой базы, регулирующей деятельность специалистов в области спорта в условиях введения ФГОС и умение применять ее в своей практике в учебно-тренировочном процессе (ПДК-1)
	Способность выделять приоритетные направления в тренировочной деятельности по совершенствованию своего профессионального развития (ПДК-2)
	Способность оценивать личные и коллективные достижения в профессиональной и общественно-направленной деятельности (ПДК-3)
	Способность иметь представление о современном

	состоянии и проблемах обучения и тренировки (ПДК-4)
	Способность ставить задачи реализации приоритетов современной государственной политики в сфере образования, физической культуры и спорта через обучение современным методикам тренировки (ПДК-5)
Модуль 2: Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	Совершенствование психолого-педагогических основ тренировочной и соревновательной деятельности в условиях введения ФГОС (ПДК-6)
	Совершенствование основ системно-деятельностного и метапредметного подходов в обучении, как методологической платформы ФГОС (ПДК-7)
	Совершенствование методик и технологий формирования универсальных учебных действий обучающихся (ПДК -8)
	Готовность применять современные методики и техники обучения, способствующие достижению личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и тренировки, предусмотренных ФГОС (ПДК -9)
	Совершенствование знаний и умений в сфере формирования современной информационной образовательной среды обучения с учетом индивидуальных потребностей обучающихся (ПДК-10)
	Готовность применять современные информационно-коммуникационные технологии, для обеспечения качества процесса обучения и тренировки на этапах обучения (ПДК-11)
	Готовность применять современные образовательные ресурсы, в том числе цифровые для организации современного тренировочного цикла и соревновательной деятельности (ПДК-12)
Модуль 3: Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	Совершенствование знаний и умений в формировании целей и задач оценки предметных, метапредметных и личностных результатов, предусмотренных ФГОС (ПДК-13)
	Совершенствование знаний и умений в области оценки качества достижения предметных, метапредметных и личностных результатов, предусмотренных ФГОС (ПДК-14)
	Совершенствование знаний и умений в сфере

	проектирования моделей организации тренировочной и соревновательной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС на основе современных технологий обучения и тренировки (ПДК-15)
	Совершенствование знаний отечественного и зарубежного опыта в области применения современных технологий тренировочного процесса и умение анализировать возможности его применения в своей профессиональной деятельности (ПДК -16)
Социально-рефлексивные компетенции (СРК)	
Модуль 2. Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	Умение работать в команде (СРК- 1)
	Способность выделять приоритетные направления в спортивной деятельности (СРК-2)
	Способность к формированию личностной и профессиональной позиции по отношению к приоритетным установкам, обстоятельствам и ситуации (СРК-3)
	Способность к повышению личной мотивации и умения формирования коллективной мотивации (СРК-4)
	Способность порождать новые идеи в практической реализации задач обучения (СРК-5)
	Готовность к работе с текстами профессиональной направленности (СРК-6)
	Владение основами речевой профессиональной культуры (СРК-7)

1.3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания, умения и навыки, необходимые для качественного изменения компетенций, указанных в п. 1.2.

Слушатель должен знать:

- нормативно-правовые основы реализации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях. Приоритетные направления развития образования РФ, законы и иные нормативные акты, регламентирующие образовательную деятельность, Конвенцию о правах ребенка;

- психолого-педагогические особенности образовательной деятельности в сфере физической культуры, основы общетеоретических дисциплин: педагогику, психологию, возрастную физиологию и гигиену;

- методы убеждения и аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися и их родителями, коллегами по работе;

- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;

- методику организации и проведения экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и спорта;

- методику организации и проведения внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях;

- правила техники безопасности и оказания первой доврачебной помощи.

- трудовое законодательство;

- основы работы на ПК, с мультимедийным оборудованием.

Слушатель должен уметь:

- использовать современные методики и технологии обучения для построения тренировочных занятий;

- использовать современные методики оценочно-рефлексивной деятельности обучающихся;

- использовать различные формы и виды устной и письменной коммуникации для организации деятельности обучающихся;

- использовать информационные технологии, обеспечивающие эффективный поиск, структурирование информации, ее адаптацию к особенностям педагогического процесса и дидактическим требованиям,

- формулировать учебные проблемы и задачи различными информационно-коммуникативными способами;

- выполнять квалифицированную работу с различными информационными ресурсами, программно-методическими комплексами, позволяющими проектирование решения тренерских задач;

- разрабатывать рабочую программу по виду спорта и обоснованно выбирать учебно-методическое обеспечение;

- планировать и осуществлять учебно-тренировочный процесс, в соответствии с требованиями Федерального стандарта;

- оценивать эффективность и результаты обучения;

- осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе с использованием ИКТ;

- вырабатывать стратегию, тактику и технику взаимодействия с людьми, организовывать их совместную деятельность для достижения целей;

- убеждать, аргументировать свою позицию;

- осуществлять регулярную самостоятельную познавательную деятельность в целях развития своей профессиональной компетенции.

Слушатель должен владеть:

- способами эффективного конструирования прямой и обратной связи с другим человеком, установление контакта с обучающимися разного возраста, родителями, коллегами по работе;

- ораторским искусством, грамотностью устной и письменной речи, публичным представлением своей работы, отбором адекватных форм и методов презентации;

- способами обучения и воспитания обучающихся, с учетом их психофизиологических особенностей и специфики вида спорта, с использованием современных технологий обучения и воспитания;

- навыками дистанционной образовательной деятельности, использования компьютерных и мультимедийных технологий, ведения рабочей документации на электронных носителях;

- способами совершенствования профессиональных знаний и умений в области физической культуры и спорта, современных подходов к организации образовательного процесса в свете целевых установок ФГОС.

1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в свете требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта» должны иметь среднее или высшее профессиональное образование.

1.5. Трудоемкость обучения

Нормативная трудоёмкость обучения по данной программе составляет 72 часа, включает все виды аудиторной и самостоятельной работы слушателя, практики и время, отводимое на контроль качества освоения слушателем программы.

Программа имеет модульную структуру и рассматривается как совокупность учебных модулей, выбранных слушателем в логике обозначенного направления (проблемы) повышения квалификации.

Учебный модуль может являться как самостоятельной частью образовательной программы повышения квалификации, так и ее составным элементом. На основе модулей разрабатывается рабочая программа объемом не менее 16 учебных часов. Максимальный объем учебной нагрузки устанавливается до 8 часов в день.

Обучение по программе завершается итоговой аттестацией слушателей. Формой аттестации является *зачёт*.

1.6. Формы обучения

Форма обучения очная.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

программы повышения квалификации
«Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в свете требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта»

Категория слушателей: специалисты в области физической культуры и спорта.

Срок обучения: 72 часа.

Форма обучения: очная.

№ п/п	Наименование модулей	Всего (часов)	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Практ-е занятия	Самост-я работа	
I.	Модуль 1. Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	16	8	2	6	зачет
II.	Модуль 2. Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	24	12	10	2	зачет
III.	Модуль 3. Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	32	2	20	10	зачет
Итого:		72	22	32	18	
	Итоговая аттестация					зачет

2.2. Учебно-тематический план
 программы повышения квалификации
 «Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в
 свете требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам
 спорта»
 (календарный учебный план)

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего часов	Из них по видам учебных занятий			Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	Самост	
I.	Модуль 1. Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	16	8	2	6	зачет
1.1	Система физической культуры и спорта в Российской Федерации, физкультурная и оздоровительная работа, развитие спорта высших достижений.	4	2		2	
1.2	Структура содержания образования в учреждениях дополнительного образования детей.	4		2	2	
1.3.	Нормативно-правовые основы реализации задач физического воспитания в учреждениях дополнительного образования детей.	4	2		2	
1.4.	Положение о порядке аттестации тренеров государственных и муниципальных образовательных учреждений дополнительного образования.	2	2			
1.5.	Федеральный стандарт спортивной подготовки по видам спорта	2	2			
II.	Модуль 2. Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	24	12	10	2	зачет
2.1.	Психологические особенности профессиональной деятельности тренера	2	2			
2.2.	Психологические основы формирования двигательных умений и навыков в спорте	4	2	2		
2.3.	Психолого-педагогические основы разрешения конфликтов в спортивных коллективах	4	2	2		
2.4.	Неблагоприятные психические состояния спортсмена	4	2	2		
2.5.	Методы психорегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена	6	2	2	2	
2.6.	Психологические основы формирования микроклимата спортивной команды	4	2	2		
III.	Модуль 3. Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	32	2	20	10	зачет

3.1.	Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера образовательного учреждения дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности	2	2			
3.2.	Технология планирования и программирования многолетнего процесса подготовки спортсменов	4		2	2	
3.3.	Построение тренировки в малых (микроциклах), средних (мезоциклах) и больших (макроциклах) циклах тренировки.	4		2	2	
3.4.	Учебно-тренировочное занятие: структура, содержание, виды.	2			2	
3.5.	Теория адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов.	2		2		
3.6.	Биомеханические основы формирования техники двигательного действия.	2		2		
3.7.	Развитие двигательных (физических) качеств в физической подготовке спортсменов.	2			2	
3.8.	Моделирование и прогнозирование в многолетнем процессе спортивной подготовки.	2		2		
3.9.	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов. Спортивный отбор, ориентация в системе подготовки спортсменов	2			2	
3.10.	Технико-тактическая подготовка спортсменов.	2		2		
3.11.	Психомоторная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности.	2		2		
3.12.	Эмоциональная и волевая сферы спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности.	2		2		
3.13.	Организация и проведение инновационной экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и спорта в образовательных учреждениях дополнительного образования детей	2		2		
3.14.	Обоснование эффективности результатов экспериментальной деятельности в спортивной подготовке.	2		2		
	Итого:	72	22	32	18	
	Итоговая аттестация					<i>зачет</i>

2.4. Рабочая программа повышения квалификации

«Современные аспекты теории и методики деятельности тренеров в свете требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта»

Модуль 1. Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте (16 ч)

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего часов	Из них по видам учебных занятий			Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	Самост	
1.1	Система физической культуры и спорта в Российской Федерации, физкультурная и оздоровительная работа, развитие спорта высших достижений.	4	2		2	
1.2	Структура содержания образования в учреждениях дополнительного образования детей.	4		2	2	
1.3.	Нормативно-правовые основы реализации задач физического воспитания в учреждениях дополнительного образования детей.	4	2		2	
1.4.	Положение о порядке аттестации тренеров государственных и муниципальных образовательных учреждений дополнительного образования.	2	2			
1.5.	Федеральный стандарт спортивной подготовки по видам спорта	2	2			
	Итого	16	8	2	6	зачет

Тема 1.1. Система физической культуры и спорта в Российской Федерации, физкультурная и оздоровительная работа, развитие спорта высших достижений

Лекция (2 часа):

ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016-2020 гг.». Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года от 07 августа 2009 г. № 1101-р. Пропаганда физической культуры, создание благоприятных условий финансирования спортивных организаций и учреждений.

Самостоятельная работа (2 часа):

Разработка схемы отечественной системы физического воспитания.

Тема 1.2. Структура содержания образования в учреждениях дополнительного образования детей

Лекция (2 часа):

Характеристика Примерной программы по видам спорта для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Учебный план по специализации. Перспективный индивидуальный план спортсмена.

Практическое занятие (2 часа):

Разработка структуры рабочей программы по виду спорта.

Самостоятельная работа (2 часа):

Разработка структуры перспективного индивидуального плана спортсмена.

Тема 1.3. Нормативно-правовые основы реализации задач физического воспитания в учреждениях дополнительного образования детей

Лекция (2 часа):

Характеристика законов и нормативных правовых актов в сфере физической культуры и спорта. Федеральный закон «Об образовании в РФ». Федеральный закон от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Трудовые отношения в образовании.

Соблюдение требований СанПиН к организации учебно-тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования детей.

Взаимодействие ДЮСШ с родителями (законными представителями) несовершеннолетних детей в соответствии с действующим законодательством. Охрана прав несовершеннолетних. Декларация прав ребенка от 20 ноября 1959 года, утвержденная Генеральной Ассамблеей ООН, Конвенция ООН о правах ребенка (1989 г.)

Самостоятельная работа (2 часа):

Определить статьи законов, касающиеся вопросов сохранения здоровья детей.

Тема 1.4. Положение о порядке аттестации тренеров государственных и муниципальных образовательных учреждений дополнительного образования.

Лекция (2 часа):

Роль аттестации в стимулировании целенаправленного непрерывного повышения уровня профессиональной компетентности, профессиональной, коммуникативной, информационной, духовной культуры тренера.

Положение о порядке аттестации тренеров государственных и муниципальных образовательных учреждений дополнительного образования, (письмо Министерства спорта Российской Федерации от 14 октября 2015 года № ВМ – 04 - 10/6609 «О направлении Методических рекомендаций по проведению аттестации тренеров, осуществляющих спортивную подготовку); тарифно-квалификационные характеристики (требования) по должностям работников учреждений образования Российской Федерации; требования к квалификации тренеров при присвоении им квалификационных

категорий; регламент проведения аттестации; процедура проведения аттестации тренеров.

Тема 1.5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по видам спорта

Лекция (2 часа):

Федеральные стандарты спортивной подготовки - совокупность требований к спортивной подготовке по видам спорта (за исключением военно-прикладных, служебно-прикладных и национальных видов спорта), разработанных и утвержденных в соответствии с настоящим Федеральным законом и обязательных для организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Осуществление контроля за соблюдением организациями, созданными Российской Федерацией и осуществляющими спортивную подготовку, федеральных стандартов спортивной подготовки в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. среднего профессионального образования. – М. : Издательский центр «КноРус», 2015. – 368 с.
2. Новикова Т. В. Физическое воспитание в учреждениях дополнительного образования: история и современность [Текст] // Образование: прошлое, настоящее и будущее: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Краснодар, февраль 2017 г.). — Краснодар: Новация, 2017. — С. 6-8. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/211/11832/> (дата обращения: 25.01.2018).
3. Певцова Е.А. Право для профессий и специальностей социально-экономического профиля : учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / Е.А. Певцова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 448 с.
4. Статья: Некоторые аспекты правового регулирования процедуры аттестации и лицензирования тренеров в профессиональном спорте (Шарнина А.Б., Шарнина Д.Б.) (Журнал "Спорт: экономика, право, управление", 2015, N 4)
5. Трудовой кодекс Российской Федерации (ТК РФ) от 30 декабря 2001 г. N 197-ФЗ (в ред. от 21 июля 2014 г.) // СЗ РФ. 2008. N 9
6. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ (в ред. от 23 июня 2014 г.) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" // СЗ РФ. 2007. N 50. С (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015). КонсультантПлюс. www.consultant.ru

Дополнительная литература:

1. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник / И.С. Барчуков. — М. : КНОРУС, 2014. — 304 с. — (Бакалавриат).
2. Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре : учебник для студ. учреждений высш. образования / Ю.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Крякина ; под ред. Ю.Д. Железняка. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с. – (Сер. Бакалавриат).
3. Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. учреждений высш. образования / В.С. Кузнецов, Ж.К. Холодов. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 208 с. – (Сер. Бакалавриат).
4. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература, 1999. – 320 с.
5. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин ; под ред. проф. Н.Ю. Мельниковой. – М.: Советский спорт, 2013. – 392 с.
6. Платонов В.Н. Структура мезо и микроциклов подготовки // Современные системы подготовки спортсменов. – М.: СААМ, 1995. – С.407-420.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К.Холодов, Кузнецов В.С.. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 480 с.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 17.01.2018).
2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». - Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 17.01.2018).
3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>- (17.01.2018).
4. Сайт Министерства спорта Российской Федерации. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> - (17.01.2018).
5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». - Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru> - (Дата обращения: 17.01.2018).

**Модуль 2. Психолого-педагогические основы
спортивной тренировки (24 часа)**

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего часов	Из них по видам учебных занятий			Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	Самост	
2.1.	Психологические особенности профессиональной деятельности тренера	2	2			
2.2.	Психологические основы формирования двигательных умений и навыков в спорте	4	2	2		
2.3.	Психолого-педагогические основы разрешения конфликтов в спортивных коллективах	4	2	2		
2.4.	Неблагоприятные психические состояния спортсмена	4	2	2		
2.5.	Приемы психорегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена	6	2	2	2	
2.6.	Психологические основы формирования микроклимата спортивной команды	4	2	2		
	Итого	24	12	10	2	зачет

Тема 2.1. Психологические особенности профессиональной деятельности тренера

Лекция (2 часа):

Психологическая готовность тренера к реализации основных положений закона о физической культуре и спорта в РФ. Формирование ключевых компетентностей тренера. Функции тренера. Профессиональные знания и умения тренера. Авторитет и псевдоавторитет тренера. Психологическая характеристика успешных и неуспешных тренеров. Социально-психологические особенности взаимодействия тренеров со спортсменами. Типы (стили) руководства тренеров.

Тема 2.2. Психологические основы формирования двигательных умений и навыков в спорте

Лекция (2 часа):

Этапы психологической структуры формирования двигательного навыка. Этап формирования моторных инструкций и программы действий. Этап реализации программы действий. Этап коррекции программы действий. Функции представления о двигательном действии: программирующая, тренирующая, корректирующая.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов, связанных с психологической структурой формирования навыка двигательного действия. Тестирование по методике формирования двигательного навыка (Ю.Л. Ханин, А.В. Стамбулов).

Тема 2.3. Психолого-педагогические основы разрешения конфликтов в спортивных коллективах

Лекция (2 часа):

Конфликтные ситуации и конфликты в спорте. Фазы развития конфликта. Типы конфликтных личностей. Типы поведения в конфликте. Типы отношения тренеров к конфликтам. Исходы конфликтных ситуаций. Основные правила поведения тренеров в конфликтных ситуациях. Управление конфликтами.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов управления конфликтными ситуациями в спортивной деятельности. Выявление склонности к конфликтным взаимоотношениям (Н.В. Гришина)

Тема 2.4. Неблагоприятные психические состояния спортсмена

Лекция (2 часа):

Общее понятие о психических состояниях, их характеристика. Эмоциональная составляющая состояния спортсмена перед стартом. Психология стресса. Поведение человека в стрессовой ситуации. Уровень эмоционального возбуждения. Виды предстартовых состояний спортсмена.

Практическое занятие (2 часа):

Методика определения вида предстартового состояния спортсмена. Характеристика состояния (Н.В. Гришина).

Тема 2.5. Методы психорегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена

Лекция (2 часа):

Классификация методов психорегуляции. Методы гетерорегуляции. Методы саморегуляции.

Практическое занятие (2 часа):

Апробирование методов саморегуляции неблагоприятных психических состояний.

Самостоятельная работа (4 часа):

Подборка методов саморегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена в избранном виде спорта.

Тема 2.6. Психологические основы формирования микроклимата спортивной команды

Лекция (2 часа): Спортивная команда как объект исследования.

Психологический климат команды как предмет исследования. Психолого-педагогические факторы формирования психологического микроклимата в спортивном коллективе. Характер взаимоотношений в команде. Содержание, организация и условия деятельности. Руководство и лидерство. Личность спортсмена в команде. Групповая сплоченность как показатель психологического микроклимата.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов формирования психологического климата в команде. Методы исследования психологического микроклимата в команде.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Багадирова С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие / С.К. Багадирова. – Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г.», 2015.– 148 с.
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. среднего профессионального образования. – М. : Издательский центр «КноРус», 2015. – 368 с.
3. Панфилова А.П. Психология общения : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А.П. Панфилова - 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 368 с.
4. Психология : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан, А.Д. Андреев]; под ред. И.В. Дубровиной. – 14-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 496 с.
5. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для СПО под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 338 с. - Серия : Профессиональное образование
6. Статья: Психология личности спортсмена и тренера Андреев, В.В., Станиславская И.Г. Психологические особенности преодоления критических ситуаций в спортивной деятельности (Спортивный журнал №3 (42) 2016 год)
7. Рудиковские чтения: материалы XIII Международной научно - практической конференции психологов физической культуры и спорта (11-12 мая 2017 г.) / под общей ред. Ю.В. Байковского, А.В. Воцинина. –М. : РГУФКСМиТ, 2017.–502 с.

Дополнительная литература:

1. Волков И.П. Практикум по спортивной психологии [Текст] / И.П. Волков. – СПб.: Питер, 2002.
2. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/ Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартыанов - М.: Издательский центр «Академия», 2014. -288с.
3. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта [Текст] / Г.Д. Горбунов. – М.: Советский спорт, 2007.
4. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2014. – 509 с.

5. Ильин Е.П. Психология спорта [Текст] / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. ISBN 978-5-91180-928-7

6. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература, 1999. – 320 с.

7. Обухова Л.Ф. Возрастная психология [Текст] / Л.Ф.Обухова. – М., 1999. – 234с.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 17.01.2018).

2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». - Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 17.01.2018).

3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>- (17.01.2018).

4. Сайт Министерства спорта Российской Федерации. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> - (17.01.2018).

5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». - Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru> - (Дата обращения: 17.01.2018).

Модуль 3. Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы (32 ч)

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего часов	Из них по видам учебных занятий			Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	Самост	
3.1.	Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера образовательного учреждения дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности	2	2			
3.2.	Технология планирования и программирования многолетнего процесса подготовки спортсменов	4		2	2	
3.3.	Построение тренировки в малых (микроциклах), средних (мезоциклах) и больших (макроциклах) циклах тренировки.	4		2	2	
3.4.	Учебно-тренировочное занятие: структура, содержание, виды.	2			2	
3.5.	Теория адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов.	2		2		
3.6.	Биомеханические основы формирования техники двигательного действия.	2		2		
3.7.	Развитие двигательных (физических) качеств в физической подготовке спортсменов.	2			2	
3.8.	Моделирование и прогнозирование в многолетнем процессе спортивной подготовки.	2		2		

3.9.	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов. Спортивный отбор, ориентация в системе подготовки спортсменов	2			2	
3.10.	Технико-тактическая подготовка спортсменов.	2		2		
3.11.	Психомоторная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности.	2		2		
3.12.	Эмоциональная и волевая сферы спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности.	2		2		
3.13.	Организация и проведение инновационной экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и спорта в образовательных учреждениях дополнительного образования детей	2		2		
3.14.	Обоснование эффективности результатов экспериментальной деятельности в спортивной подготовке.	2		2		
	Итого	32	2	20	10	зачет

Тема 3.1. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера образовательного учреждения дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности

Лекция (2 часа):

Технология планирования и программирования в многолетнем процессе подготовки спортсменов.

Программы для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР). «Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ» (Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и туризму № 96-ИТ от 25 января 1995г. с изменениями на 28 сентября 2000 года). Приказ Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму «Об утверждении Типового плана-проспекта учебной программы для спортивных школ (ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ, и УОР) от 28 июня 2001г. № 390.

Тема 3.2. Технология планирования и программирования в многолетнем процессе подготовки спортсменов.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов планирования тренировочного процесса в ДЮСШ. Учебное задание: разработка годового цикла учебно-тренировочного процесса в зависимости от календарного плана в избранном виде спорта.

Самостоятельная работа (2 часа):

Изучить общие положения технологии планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годовом цикле. Оперативное планирование.

Тема 3.3. Построение тренировки в малых (микроциклах), средних (мезоциклах) и больших (макроциклах) циклах тренировки.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов построения тренировочного процесса в различных циклах подготовки. Учебное задание: разработка плана тренировочного процесса на микроцикл в избранном виде спорта.

Самостоятельная работа (2 часа:)

Изучить общие положения микроструктуры, мезоструктуры, макроструктуры тренировочного процесса. Многолетний процесс спортивной подготовки как последовательно чередующиеся стадии изменения возрастных и квалификационных показателей спортсмена.

Тема 3.4. Учебно-тренировочное занятие: структура и содержание, виды.

Самостоятельная работа (2 часа):

Разработка плана тренировочного занятия с учетом педагогической направленности, требования к дозированию нагрузки, методам организации.

Характеристика, содержание, физиологическое обоснование подготовительной, основной и заключительной частей тренировочного занятия.

Тема 3.5. Теория адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов.

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение целей и задач спортивной тренировки. Понятия «тренированность», «подготовленность», «спортивная форма». Адаптация и проблемы рациональной подготовки спортсменов. Реакции адаптации при мышечной деятельности. Формирование функциональных систем и реакции адаптации. Формирование срочной, долговременной адаптации. Явления деадаптации, реадаптации и перееадаптации у спортсменов.

Тема 3.6. Биомеханические основы спортивной тренировки.

Практическое занятие (2 часа):

Практическая работа «Кинематическая характеристика двигательного действия».

Тема 3.7. Развитие двигательных (физических) качеств в физической подготовке спортсменов.

Самостоятельная работа (2 часа):

Разработка методики развития физических качеств спортсменов в избранном виде спорта.

Тема 3.8. Моделирование и прогнозирование в многолетнем процессе спортивной подготовки

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов моделирования и прогнозирования в спорте.

Тема 3.9. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов. Спортивный отбор, ориентация в системе подготовки спортсменов

Самостоятельная работа (2 часа):

Изучение цели, объект и виды контроля в спортивной подготовке. Контроль физической, технической, тактической, психологической подготовленности спортсмена. Контроль соревновательной деятельности. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. Учет в процессе спортивной подготовки. Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки спортсмена.

Тема 3.10. Техничко-тактическая и психологическая подготовка спортсменов

Практическое занятие (2 часа):

Спортивная техника и техническая подготовленность. Основы методики совершенствования технической подготовленности спортсменов. Сущность и основные теоретико-методические положения спортивной тактики. Качества психики и направления психологической подготовки. регулирование психической напряженности. Управление стартовым состоянием.

Тема 3.11. Психомоторная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности

Практическое занятие (2 часа):

Практическое освоение вопросов психомоторной сферы спортсмена. Методика «Комплексное исследование психомоторики спортсменов».

Качества, характеризующие быстродействие в спорте. Выносливость и ее компоненты. Мышечная сила. Координированность.

Тема 3.12. Эмоциональная и волевая сферы спортсмена и их проявления в спортивной деятельности

Практическое занятие (2 часа):

Предстартовое эмоциональное состояние. Тревога. Способы регуляции предстартовых состояний. Возникновение эмоциональной напряженности в процессе деятельности. Состояние страха. Мертвая точка и второе дыхание. Состояние утомления. Состояние, связанное с оценкой результатов спортивной деятельности. Сила воли и ее компоненты. Характеристика волевых качеств. Половые различия в проявлении волевых качеств.

Тема 3.13. Организация и проведение инновационной экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и

спорта в образовательных учреждениях дополнительного образования детей.

Практическое занятие (2 часа):

Практический анализ учебников, учебных пособий, учебно-методических пособий, научно-методических, исследовательских работ в сфере физической культуры и спорта, их характеристика. Методические рекомендации по написанию научной статьи по проблемам физической культуры и спорта. Постановка проблематики. Области применения.

Организация экспериментальной работы в образовательных учреждениях Сахалинской области. Эксперимент как строго направленная и контролируемая педагогическая деятельность по созданию и апробированию новых технологий спортивной тренировки, воспитания и развития детей. Экспериментальная площадка как фактор развития новой практики образования. Реальные возможности образовательного учреждения в реализации экспериментальной работы. Организация педагогического эксперимента в педагогическом коллективе, согласование с вышестоящими организациями.

Тема 3.14. Обоснование эффективности результатов экспериментальной деятельности в спортивной подготовке.

Практическое занятие (2 часа):

Основные методы диагностики уровня физического развития, физической подготовленности: антропометрические исследования, тест функциональной подготовленности. Определение уровня физической кондиции по Ю.Н. Вавилову. «Индекс Руфье». Технология статистической обработки и представления результатов исследовательской деятельности. Определение достоверности различий между результатами педагогического исследования по основным статистическим критериям: t-критерию Стьюдента, критерию знаков, критерию Т-Уайта.

Практические занятия по оформлению основного содержания работы, таблиц, схем, рисунков, диаграмм, приложений.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Гилазиева, С.Р. Терминология общеразвивающих упражнений: учебное пособие / С.Р. Гилазиева, Т.В. Нурматова, М.Р. Валетов; Оренбургский гос. ун-т – Оренбург: ОГУ, 2015. – 120 с.
2. Иванков Ч.Т., Литвинов С.А. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях: учебное пособие для студентов вузов / Иванков Ч., Литвинов С.А.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. – 304 с.
3. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход : учебное пособие / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. – М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 183 с.

4. Маргазин, В.А. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем / В.А. Маргазин. - СПб.: СпецЛит, 2015. - 234 с
5. Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Суслов – М.: Спорт, 2017. – 320 с.
6. Сапин, М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник для СПО/ М. Р. Сапин, В. И Сивоглазов. - 11-е изд., стер. – М.: ОИЦ "Академия", 2015. – 384 с. - (Профессиональное образование).
7. Современные оздоровительные системы и виды кондиционной тренировки: практикум / сост.: Н.Н. Грудницкая, Т.В. Мазакова - Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2016. – 122 с.

Дополнительная литература:

1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок [Текст] / Я.С. Вайнбаум. – М.: Дрофа, 2001. – 198 с.
2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М. : «Академия», 2001. – 264 с.
3. 4. Фомин Н.А. Физиологические основы двигательной деятельности [Текст] / Н.А.Фомин, Ю.Н.Вавилов. – М.: Просвещение, 1991. – 146 с.
5. Холодов Ж.К.Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К.Холодов, Кузнецов В.С.. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 480 с.
6. Журналы: «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», «Физкультура и спорт».
7. Основы теории и методики спортивной тренировки (учебно-методическое пособие) (Рекомендовано Дальневосточным РОУМО ДВ РУМЦ в качестве учебно-методического пособия для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физическая культура» и преподавателей вузов физкультурно-педагогического профиля [Текст]. Учебно-методическое пособие. / С.А. Пронкина - Южно-Сахалинск : Изд-во ИРОСО, 2011. – 106с.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта : Гимнастика : учебник для студ. учреждений высш. образования / [Р.Н. Терехина, Е.С. Крючек, Л.В. Люйк и др.]; под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной - 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с. – (Сер. Бакалавриат).
9. Теория и методика обучения базовым видам спорта : Легкая атлетика: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.В Грецов, С.Е. Войнова, А.А. Германова и др.]; под ред. Г.В. Грецова. А.Б. Янковского. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с. – (Сер. Бакалавриат).

10. Теория и методика обучения базовым видам спорта : Плавание учебник для студ. учреждений высш. образования / [А.А. Литвинов, А.В. Козлов, Е.В. Ивченко и др.] ; под ред. А.А. Литвинова 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

11. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учебник для студ. учреждений высш. образования / [Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина и др.] ; под ред Ю.М. Макарова 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272 с. – (Сер. Бакалавриат).

12. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; по общ.ред. Н.Н.Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.

13. Физическая культура : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев]. – 17-е изд. стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 176 с.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 17.01.2018).
2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». - Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 17.01.2018).
3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>- (17.01.2018).
4. Сайт Министерства спорта Российской Федерации. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> - (17.01.2018).
5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». - Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru> - (Дата обращения: 17.01.2018).

III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

Наименование аудиторий, кабинетов	Вид учебных занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория	Лекции, практические занятия (семинары, тренинги, ролевые игры и др.)	Компьютер, мультимедийный проектор, экран, интерактивная доска
Компьютерный класс	Практические занятия	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска

3.2. Кадровое обеспечение программы

Реализация дополнительной профессиональной программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемого модуля, и систематически занимающимися научно-методической деятельностью, а также имеют опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере.

№ п/п	ФИО преподавателя	Сведения о преподавателе
1.	Ходжаева Раиса Александровна	Заместитель директора по спортивной работе ГБПОУ КО УОР
2.	Ищенко Ирина Владиленовна	Заведующая медицинским отделом-врач по спортивной медицине/ преподаватель специальных дисциплин ГБПОУ КО УОР
3.	Косенкова Наталья Леонидовна	Заместитель директора по учебной работе ГБПОУ КО УОР
4.	Ерина Екатерина Юрьевна	Юрисконсульт/ преподаватель ГБПОУ КО УОР
5.	Михеев Виталий Вячеславович	Инструктор-методист/преподаватель специальных дисциплин ГБПОУ КО УОР
6.	Мемизерева Инна Викторовна	Методист/ преподаватель специальных дисциплин ГБПОУ КО УОР
7.	Васильева Наталья Викторовна	Преподаватель педагогики и психологии ГБПОУ КО УОР

IV. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Реализация программы предполагает промежуточную и итоговую аттестацию слушателей в форме зачета, который проводится в устной или письменной форме (Приложение 1 и 2)

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Требования к зачетам

Зачеты служат формой проверки успешного освоения программы по отдельному модулю. Сдача зачета проводится в строгом соответствии с учебным планом в сроки, установленные учебным планом.

Промежуточная и итоговая аттестация осуществляется в форме зачета, который проводится в устной или письменной форме.

«Зачтено» ставится в том случае, если слушатель строит свой ответ в соответствии с планом, в ответе представлены различные подходы к проблеме, их обоснование достаточно полно. Слушатель устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, обнаруживает последовательность анализа. Выводы правильны. Речь грамотна, используется профессиональная лексика. Демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебного методического комплекса и дополнительных источников информации.

«Не зачтено» ставится, если ответ слушателя недостаточно логически выстроен, план ответа соблюдается непоследовательно. Слушатель обнаруживает слабость в развернутом представлении профессиональных понятий. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументируются. Ответ носит преимущественно теоретический характер, примеры отсутствуют.

Контрольные вопросы к зачету

Вопросы к зачету по модулю 1

«Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте»

1. Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации.
2. Конвенция ООН о правах ребенка: значение, принципы, права детей.
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: общие положения, система образования.
4. Права, обязанности и ответственность обучающихся и их родителей (законных представителей) в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
5. Права, обязанности и ответственность работников организаций дополнительного образования в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

6. Устав и локальные акты организации дополнительного образования .
7. Информационная открытость образовательной организации в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
8. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта: понятие, требования к структуре, условиям реализации и результатам освоения.
9. Формы получения образования и формы обучения.
10. Особенности реализации образовательных программ.
11. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.
12. Особенности организации образовательного процесса лиц с ограниченными возможностями здоровья.
13. Профессиональный стандарт «тренера».
14. Рабочее время и время отдыха тренеров в соответствии с Трудовым кодексом РФ и Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
15. Трудовые отношения в образовательной организации: прием на работу и увольнение.
16. Характеристика Закона «Об образовании» (ФЗ № 273 от 29.12.12 г.) в части сохранения и укрепления здоровья обучающихся.
17. Соблюдение требований СанПиН в организации процесса физического воспитания в организации дополнительного образования, как основной фактор здоровьесбережения обучающихся.
18. Характеристика статьи 11 «Олимпийское движение России. Олимпийский комитет России» ФЗ РФ от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в РФ».
19. Характеристика статьи 20 «Организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий» ФЗ РФ от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в РФ».
20. Характеристика Федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта.
21. Характеристика Закона Калининградской области «О физической культуре и спорте в Калининградской области».
22. Характеристика примерной программы по избранному виду спорта.
23. Характеристика рабочей программы по виду спорта.
24. Основные документы планирования процесса спортивной тренировки.
25. Всероссийский комплекс ГТО: цели, задачи, содержание, тестовые нормативы.

Вопросы к зачету по модулю 2

«Психолого-педагогические основы спортивной тренировки»

1. Из каких компонентов складывается авторитет тренера у спортсменов?
2. Каковы особенности воспитательной работы тренера?
3. Что характерно для тренера, относящегося к своей работе творчески?

4. Характеристика педагогических особенностей тренерской деятельности.
5. Что определяет стадию формирования двигательных навыков в спорте?
6. Чем отличается двигательный навык от двигательного умения?
7. Проанализируйте предсоревновательные состояния спортсменов.
8. Психический механизм идеомоторной тренировки.
9. Что такое восприятие времени при выполнении физических упражнений?
10. Что находится в основе «специализированного восприятия» спортсмена?
11. Какие виды ощущения мышечного напряжения вы знаете?
12. Для чего спортсмену необходим высокий уровень устойчивости внимания?
13. Что такое двигательная память?
14. Характеристика простых и сложных реакций в спорте.
15. Назовите психологические особенности, определяющие «быстроту» как физическое качество.
16. Психологическая характеристика физического качества «ловкость».
17. Какие требования предъявляются к плану тактических действий в спорте?
18. Дайте характеристику антиципации как ведущему фактору технико-тактического мастерства спортсменов?
19. Что такое гибкость мышления спортсмена. Принципы развития гибкости мышления?
20. Какие функции мышления необходимы спортсмену в процессе решения тактических задач?
21. Что такое психогигиена спорта?
22. Что такое состояние психической готовности спортсмена к соревнованию?
23. Дайте характеристику моделированию как методу психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.
24. Предсоревновательные состояния спортсменов: виды, характеристика, проявления.
25. Какие способы саморегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена вы знаете?

Вопросы к зачету по модулю 3

«Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы»

1. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки в избранном виде спорта (согласно федеральному стандарту).
2. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
3. Средства спортивной тренировки на этапе начальной подготовки.
4. Методы спортивной тренировки на этапе углубленной спортивной специализации.
5. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в малом цикле тренировки - микроцикле.
6. Построение структуры многолетнего тренировочного процесса в избранном виде спорта.
7. Построение тренировочного процесса в средних мезоциклах: содержание, виды.
8. Методика воспитания координационных способностей в избранном виде спорта.
9. Методика воспитания скоростных способностей в избранном виде спорта.
10. Методика воспитания силовых способностей в избранном виде спорта.
11. Методика воспитания выносливости в избранном виде спорта.
12. Методика технической подготовки в избранном виде спорта.
13. Этапы формирования спортивной формы в макроцикле спортивной подготовки.
14. Методика выявления признаков высокой тренированности при стандартных нагрузках.
15. Составляющие комплексного контроля в подготовке спортсмена.
16. Методика проведения спортивного отбора, спортивной ориентации, выявление способностей.
17. Учет в процессе спортивной тренировки: значение, виды.
18. Тактическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
19. Общая физическая подготовка в избранном виде спорта.
20. Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта.
21. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
22. Подготовка тренера-преподавателя к учебно-тренировочному занятию.
23. Этапы формирования навыков в технике двигательных действий в избранном виде спорта.
24. Организация и проведение спортивных соревнований. Положение о соревнованиях. Система проведения и определение победителей.
25. Методы исследования физической работоспособности в спорте (функциональные пробы: Летунова, Рюфье, Гарвардский степ-тест.)

Аттестационные педагогические измерительные материалы
для оценки знаний слушателей
дополнительной профессиональной программы
(итоговая аттестация)

Тестирование одна из наиболее эффективных форм проверки и самопроверки знаний. Отвечая на вопросы тестов, можно выявить уровень знаний слушателей. Вопросы составлены таким образом, что они имеют только **один** правильный ответ.

При оценивании результатов тестирования используется следующая система оценки: каждый правильный ответ – 1 балл, неправильный – 0 баллов.

Оценка «зачтено» ставится в том случае, если общая сумма баллов за правильные ответы составляет от 51 до 100 %; оценка «не зачтено» – 50 и менее % правильных ответов.

1. Спорт без соревнований:
 - а) существовать не может;
 - б) существовать может;
 - в) не отвечает требованиям спортивной деятельности;
 - г) нецелесообразен.

2. Соревновательная деятельность спортсменов осуществляется:
 - а) в соревнованиях и в подготовке к ним;
 - б) в соревнованиях;
 - в) в тренировочном процессе;
 - г) в физическом воспитании.

3. Основные тренировочные занятия должны проводиться на фоне:
 - а) недовосстановленной работоспособности спортсмена;
 - б) восстановленной работоспособности спортсмена;
 - в) повышенной работоспособности спортсмена.;
 - г) восстановленной или повышенной работоспособности спортсмена.

4. Физическая подготовленность — это:
 - а) уровень развития выносливости;
 - б) показатель работоспособности организма спортсмена;
 - в) возможности функциональных систем организма;
 - г) готовность спортсмена к участию в соревнованиях.

5. Техника – это:
 - а) наиболее рациональный и эффективный способ выполнения упражнений с целью достижения наилучшего спортивного мастерства;

- б) технически правильное выполнение двигательного действия;
 - в) способ выполнения двигательного действия;
 - г) наиболее правильный способ выполнения двигательного действия
- упражнений с целью достижения наилучшего спортивного мастерства.

6. Ритм движений – это:

- а) музыкальная характеристика структуры движения;
- б) соотношение времени, затраченного на фазу опоры и полета в движении;
- в) соотношение длительностей разных частей движений, выполняемых в определенном порядке;
- г) соотношение длительностей разных частей движений, в беге.

7. Навык – это:

- а) выполнение движения, при котором управление движением происходит автоматизировано, а действия отличаются высокой надежностью, прочностью, подвижностью и вариативностью;
- б) выполнение движения, при котором управление движением происходит под руководством тренера, а действия отличаются высокой надежностью, прочностью, подвижностью и вариативностью;
- в) заученное умение;
- г) высокая техническая подготовленность спортсмена.

8. Гетерорегуляция предполагает:

- а) воздействие на спортсмена соперником;
- б) воздействие тренера, психолога, врача, массажиста;
- в) воздействие родителей;
- г) воздействие руководителя команды.

9. Продолжительность работы в 5-ой анаэробно-алактатной зоне не превышает:

- а) 25-40 сек.
- б) 15-20 сек.
- в) 20-30 сек.
- г) 5-10 сек.
- д) 40 сек.

10. Нагрузки большого объема требуют восстановления продолжительностью:

- а) более 36 часов;
- б) более 24 часов;
- в) менее 24 часов;
- г) менее 12 часов;
- д) от 12 до 24 часов.

11. Укажите, как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

- а) тренировочные, соревновательные, восстановительные;
- б) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;
- в) оперативные, текущие, этапные циклы;
- г) подготовительные, основные, соревновательные

12. На этапе предварительной подготовки:

- а) рекомендуется проводить занятия с большими физическими и психическими нагрузками, занятия, отличающиеся монотонностью и однообразием;
- б) рекомендуется проводить занятия, не способствующие формированию специальных технических навыков у начинающего спортсмена;
- в) не рекомендуется проводить занятия с большими физическими и психическими нагрузками, занятия, отличающиеся монотонностью и однообразием;
- г) рекомендуется проводить занятия, не способствующие развитию физических качеств начинающего спортсмена.

13. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

- а) максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- б) наивысший уровень развития физических качеств;
- в) здоровье спортсмена;
- г) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

14. Большие циклы тренировки на этапе начальной специализации в избранном виде спорта характеризуются:

- а) расширенным специально подготовительным периодом;
- б) расширенным переходным периодом;
- в) расширенным подготовительным периодом;
- г) расширенным соревновательным периодом.

15. Обеспечить совершенное и вариативное владение спортивной техникой в усложненных условиях, ее индивидуализацию, развить те физические и волевые качества, которые способствуют совершенствованию технического и тактического мастерства спортсмена:

- а) основная задача этапа начальной специализации в избранном виде спорта;
- б) основная задача этапа углубленной специализации в избранном виде спорта;
- в) основная задача этапа начальной специализации в избранном виде спорта;
- г) основная задача этапа сохранения высоких достижений в избранном виде спорта.

16. В структуре отдельного тренировочного занятия выделяют три части:

- а) подготовительную, основную, переходную;
- б) подводящую, основную, переходную;
- в) подготовительную, основную, заключительную;
- г) подводящую, основную, заключительную.

17. Общая продолжительность разминки составляет:

- а) не менее 30-40 минут;
- б) не менее 25-30 минут;
- в) не менее 10-15 минут;
- г) не менее 5- 10 минут.

18. Отдельный микроцикл состоит как минимум из двух фаз:

- а) стимулирующей и накопительной;
- б) кумуляционной и реабилитационной;
- в) подготовительной и основной;
- г) стимуляционной (кумуляционной) и восстановительной.

19. Предсоревновательные (подводящие) микроциклы:

- а) подводят организм спортсмена к условиям предстоящих состязаний;
- б) моделируют психологическое состояние спортсмена в предстоящих состязаниях;
- в) моделируют режим, программу и условия предстоящих состязаний;
- г) моделируют нагрузку предстоящих состязаний.

20. Восстановительно-поддерживающие мезоциклы в основном характерны для:

- а) специально-подготовительного этапа;
- б) подготовительного периода;
- в) переходного периода;
- г) соревновательного периода.

21. Условия среднегорья и высокогорья предполагают тренировку на высоте:

- а) 400-900 м. над уровнем моря;
- б) 1400-2900 м. над уровнем моря;
- в) 1000-1400 м. над уровнем моря;
- г) 2900-4000 м. над уровнем моря;

22. В переходном периоде:

- а) тренировочные нагрузки прекращаются;
- б) уменьшается лишь общий объем тренировочной нагрузки;
- в) уменьшается лишь интенсивность тренировочной нагрузки;
- г) уменьшается общий объем и интенсивность тренировочной нагрузки;

23. Удельный вес средств общей подготовки в соревновательном периоде должен быть:

- а) ниже, чем в подготовительном периоде;
- б) ниже, чем на специально-подготовительном этапе;
- в) не ниже, чем на специально-подготовительном этапе;
- г) низким.

24. Обеспечить совершенное и вариативное владение спортивной техникой в усложненных условиях, ее индивидуализацию, развить физические и волевые качества, способствующие совершенствованию технического и тактического мастерства – задача:

- а) этапа спортивного совершенствования;
- б) этапа начальной спортивной специализации;
- в) этапа углубленной специализации;
- г) этапа основной подготовки;
- д) этапа предварительной подготовки.

25. После болезни спортсмена используются:

- а) подводящие микроциклы;
- б) восстановительные микроциклы;
- в) втягивающие микроциклы;
- г) базовые микроциклы;
- д) ударные микроциклы.

26. Постепенное подведение спортсменов к эффективному выполнению специфической тренировочной работы – задача:

- а) втягивающего мезоцикла;
- б) подводящего мезоцикла;
- в) соревновательного мезоцикла;
- г) базового мезоцикла.
- д) предсоревновательного мезоцикла

27. Объем техники определяется:

- а) общим числом действий, которые выполняет спортсмен на тренировочных занятиях за неделю;
- б) общим числом действий, которые выполняет спортсмен на тренировочных занятиях и соревнованиях за год;
- в) общим числом действий, которые выполняет спортсмен на тренировочных занятиях и соревнованиях;
- г) количеством упражнений. Выполненных спортсменом в единицу времени.

28. При проведении оперативного обследования необходимо пользоваться тестами:

- а) которые отличаются большой чувствительностью к выполняемой нагрузке;

- б) которые отличаются большим объемом тренировочной нагрузки;
- в) которые отличаются большой интенсивностью тренировочной нагрузки;
- г) которые отличаются доступностью выполнения.

29. Журнал посещаемости занятий относится:

- а) к документам планирования;
- б) к документам учета учебно-тренировочных занятий;
- в) к документам комплексного контроля;
- г) к документам тестирования.

30. Наследственно обусловленные задатки отличаются:

- а) успешностью;
- б) высоким уровнем развития;
- в) стабильностью и консервативностью;
- г) сенситивностью.

31. Насколько кандидаты для зачисления в учебно-тренировочные группы соответствуют тому морфотипу, который характерен для выдающихся представителей данного вида спорта позволяют определить:

- а) антропометрические обследования;
- б) педагогические обследования;
- в) медико-биологические исследования;
- г) тесты.

32. Под моделью принято понимать:

- а) примерная схема объекта, процесса или явления;
- б) образец того или иного объекта, процесса или явления;
- в) рисунок;
- г) характеристика.

33. Процесс построения, изучения и использования для уточнения характеристик и оптимизации процесса спортивной подготовки и участия в соревнованиях – это:

- а) наблюдение;
- б) моделирование;
- в) прогнозирование;
- г) тестирование.

34. Форма конкретизации предвидения перспектив развития того или иного процесса, характерного для спортивной деятельности – это:

- а) предвидение;
- б) тестирование;
- в) прогнозирование;
- г) моделирование.

35. Распространение выводов, полученных из наблюдения над одной частью какого-либо явления, на другие его стороны – это:

- а) моделирование;
- б) прогнозирование;
- в) экстраполяция;
- г) обобщение.

Глоссарий основных понятий теории и методики спорта

Понятие – основная форма человеческого мышления, устанавливающая однозначное толкование того или иного термина, выражая при этом наиболее существенные стороны, свойства или признаки определяемого объекта.

Физическая культура – составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования его двигательной активности;

Физическое воспитание – педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продление жизни человека;

Спорт – составная часть физической культуры, исторически сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям;

Система физической культуры и спорта – совокупность государственных и общественных организаций, осуществляющих деятельность в целях физического воспитания населения и развития спорта в Российской Федерации;

Физкультурное (физкультурно-спортивное) движение – форма социального движения, целью которого является содействие повышению уровня физической культуры населения, целенаправленной деятельности государственных и общественных организаций, граждан по развитию физической культуры и спорта;

Олимпийское движение России – составная часть международного олимпийского движения, целью которого является развитие спорта как одного из средств достижения физического и духовного совершенства человека, укрепление международного спортивного сотрудничества;

Физкультурно-спортивное объединение – общественное добровольное самоуправляемое некоммерческое объединение, создаваемое по инициативе граждан в целях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации;

Физкультурно-спортивная организация – одна из организационно-правовых форм физкультурно-спортивного объединения, созданная на основе членства в целях совместной деятельности по проведению физкультурно-оздоровительной и спортивной работы и достижения своих уставных целей;

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" – совокупность программ и нормативов - основа физического воспитания населения Российской Федерации;

Единая всероссийская спортивная классификация – программно-нормативный документ, устанавливающий нормы, требования, условия и порядок присвоения спортивных разрядов и званий;

Любительский спорт – многогранное массовое спортивное движение как органическая часть системы физического воспитания граждан и выявления перспективных и талантливых спортсменов в различных видах спорта;

Профессиональный спорт – предпринимательская деятельность, целью которой является удовлетворение интересов профессиональных спортивных организаций, спортсменов, избравших спорт своей профессией, и зрителей;

Спортсмен – лицо, систематически занимающееся спортом и выступающее на спортивных соревнованиях;

Спортсмен-любитель (физкультурник) – спортсмен, систематически занимающийся избранным видом спорта или физическими упражнениями, принимающий участие в спортивных соревнованиях на началах добровольности или выполнивший разрядные нормативы согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации и (или) нормативы всероссийского комплекса "Физкультура и здоровье";

Спортсмен высокого класса – спортсмен, систематически занимающийся каким-либо видом спорта, регулярно выступающий на российских и международных спортивных соревнованиях, имеющий спортивное звание не ниже звания "Мастер спорта России" согласно требованиям Единой всероссийской спортивной классификации;

Спортсмен-профессионал – спортсмен, для которого занятия спортом являются основным видом деятельности и который получает в соответствии с контрактом заработную плату и иное денежное вознаграждение за подготовку к спортивным соревнованиям и участие в них;

Физкультурно-оздоровительные, спортивные и спортивно-технические сооружения – объекты, предназначенные для занятий граждан физическими упражнениями, спортом и проведения спортивных зрелищных мероприятий;