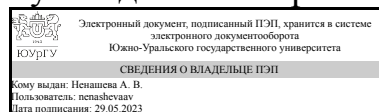


УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



А. В. Ненашева

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.13 Особенности подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации

для направления 49.04.01 Физическая культура

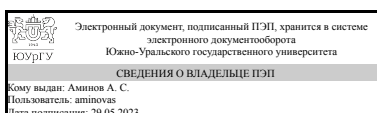
уровень Магистратура

форма обучения заочная

кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

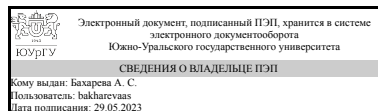
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 944

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



А. С. Бахарева

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины: - дать студентам всесторонние теоретические знания в области студенческого спорта, научить реализовывать их на практике, на высоком профессиональном уровне используя новейшие исследования в области спортивной физиологии, педагогики, биохимии на основе предмета "Особенности подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации" Задачи дисциплины: - обеспечить студентам необходимый уровень теоретических и методических знаний о рациональных методах и приемах профессиональной деятельности - сформировать способность у студентов использовать современные методы и технологии обучения и диагностики - сформировать у студентов готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования

## Краткое содержание дисциплины

Современные тенденции развития студенческого спорта; организационные и научно-методические особенности развития студенческого спорта в России; принципы, правовые основы и формы управления физкультурно-спортивных организаций к подготовке студентов-спортсменов высокой квалификации в современных социально-экономических условиях; современные технологии построения тренировочного процесса у студентов-спортсменов высокой квалификации; методы и средства развития физических качеств студентов-спортсменов высокой квалификации на этапах подготовки; физиологические и биохимические основы подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации; виды контроля в подготовке студентов-спортсменов-высокой квалификации; Индивидуализация в подготовке студентов-спортсменов высокой квалификации.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-3 Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности	Знает: нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; социокультурный потенциал физической культуры и спорта; передовой опыт работы тренеров, инструкторов и других специалистов в области спортивной тренировки, лучшие проекты и программы в области физического развития; ресурсное, организационное и методическое обеспечение воспитательной деятельности ФСО Умеет: оценивать воспитательный потенциал мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; определять эффективные средства и методы воспитательной работы в ФСО Имеет практический опыт: использования технологий анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной и физкультурно-оздоровительной направленности

	и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы; разработки годового плана воспитательной работы ФСО
ОПК-5 Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации	Знает: проблематику основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической и др.) в процессе спортивной тренировки; показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации Умеет: выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности и выявлять причины ее несовершенства; применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом Имеет практический опыт: оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретного спортсмена
ОПК-9 Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	Знает: виды и методику разработки оценочных средств в рамках компетентностного подхода и оценки квалификации Умеет: разрабатывать методические материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно- спортивных организациях

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.06 Современные проблемы науки и образования	1.О.10 Современные технологии подготовки юных спортсменов, 1.О.11 Физиологические и биохимические аспекты адаптации спортсменов к физическим нагрузкам

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.06 Современные проблемы науки и образования	Знает: документы, регламентирующие содержание духовно-нравственного воспитания; условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся принципы проектирования образовательной среды, комфортной и безопасной для личностного развития обучающегося; современными, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы Умеет: создавать и

	реализовывать условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся Имеет практический опыт: владения современными, в том числе интерактивными, формами и методами воспитательной работы
--	--

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 20,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		2	
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108	
<i>Аудиторные занятия:</i>	12	12	
Лекции (Л)	4	4	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	8	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	87,5	87,5	
Подготовка к экзамену	45	45	
Подготовка к практическим занятиям и заданиям	42,5	42,5	
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен	

#### 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Организационные и научно-методические особенности развития студенческого спорта в России	2	2	0	0
2	Принципы, правовые основы и формы управления физкультурно-спортивных организаций к подготовке студентов-спортсменов высокой квалификации в современных социально-экономических условиях	2	2	0	0
3	Современные технологии построения тренировочного процесса у студентов-спортсменов высокой квалификации	2	0	2	0
4	Методы и средства развития физических качеств студентов-спортсменов высокой квалификации на этапах подготовки	2	0	2	0
5	Физиологические и биохимические основы подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации	2	0	2	0
6	Виды контроля в подготовке студентов-спортсменов-высокой квалификации	2	0	2	0

##### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Организационные и научно-методические особенности развития студенческого спорта в России. Система государственного регулирования развития спорта в образовательных учреждениях. Роль физического воспитания и спорта в национальной системе образования. Социальный статус национальных студенческих спортивных организаций, их сотрудничество, урегулированное законодательством, с Министерством спорта, Министерством образования, национальным олимпийским комитетом. Разграничение сфер влияния и ответственности.	2
2	2	Принципы, правовые основы и формы управления физкультурно-спортивных организаций к подготовке студентов-спортсменов высокой квалификации в современных социально-экономических условиях. Наличие нормативно-правовой базы развития физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях. Современная материально-техническая база для занятия спортом детей и молодежи. Система организации студенческих соревнований в стране, подготовки и участия спортсменов в международных соревнованиях. Современное информационное обеспечение деятельности по развитию физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях, пропаганда национальных и международных достижений в области студенческого спорта.	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	3	Современные технологии построения тренировочного процесса у студентов-спортсменов высокой квалификации. Модели подготовки, планирование спортивной подготовки, периодизация тренировочного процесса.	2
2	4	Методы и средства развития физических качеств студентов-спортсменов высокой квалификации на этапах подготовки	2
2	5	Физиологические и биохимические основы подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации	2
4	6	Виды контроля в подготовке студентов-спортсменов-высокой квалификации	2

## 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

## 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к экзамену	ЭУМД №1 С. 100-250; ЭУМД №2 С. 50-175; ЭУМД №3 С. 5-390; ЭУМД №4 С. 3-145; ЭУМД №5 С. 4-260	2	45
Подготовка к практическим занятиям и заданиям	ЭУМД №2 С. 50-175; ЭУМД №4 С. 3-145; ЭУМД №5 С. 4-260	2	42,5

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	2	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	5	Экзамен проходит в устной форме. Студент выбирает билет из предложенных. На подготовку дается максимально 20 минут. 5 баллов - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, и правильно ответил на дополнительный вопрос. 4 балла - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, но не правильно ответил на дополнительный вопрос или верно ответил на один из двух вопросов и дал правильный ответ на дополнительный; 3 балла - ответил не полно на два вопроса, но ответил на дополнительный или ответил на один вопрос полно, на второй не полно, но ответил на дополнительный; 2 балла - ответил не полно на два вопроса и не ответил на дополнительный; 1 балл - ответил только на один вопрос не полно или ответил только на дополнительный вопрос.	экзамен
2	2	Текущий контроль	Составление индивидуального плана подготовки для спортсмена-студента высокой квалификации на годовой цикл	1	12	2 балла - заполнение соревнований согласно календаря 2 балла - разделение плана на периоды подготовки 2 балла - разделение плана на этапы подготовки 2 балла - разделение плана на мезоциклы с их названиями 2 балла - заполнение содержания мезоциклов по средствам и методам с постановкой задачи 2 балла - составление контрольных тестов для оценки развития физических качеств Минус 1 балл за замечания по каждому пункту	экзамен
3	2	Текущий	Расчет зон	1	10	2 балла - прохождение тестирования	экзамен

		контроль	интенсивности по результатам функционального тестирования спортсмена-студента высокой квалификации			в качестве исследуемого 2 балла - прохождение тестирования в качестве исследователя 2 балла - создание итогового протокола тестирования 2 балла - сравнить диапазонов зон интенсивности на различных тренажерах в диаграмме. Формирование вывода по результатам сравнения 2 балла - правильное определение АэП и ПАНО	
4	2	Текущий контроль	Составление доклада с презентацией по предложенной теме	1	12	3 балла - оформление презентации в PowerPoint с не менее 10 слайдов 1 балл - переводение презентации из PowerPoint в PDF 4 балла - презентование доклада по времени не менее 10 минут 4 балла - доклад полностью соответствует теме	экзамен

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Экзамен проводится в форме устного опроса. Студент вытягивает случайный билет, который состоит из двух вопросов.. Время подготовки не более 30 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

## 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ			
		1	2	3	4
ОПК-3	Знает: нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; социокультурный потенциал физической культуры и спорта; передовой опыт работы тренеров, инструкторов и других специалистов в области спортивной тренировки, лучшие проекты и программы в области физического развития; ресурсное, организационное и методическое обеспечение воспитательной деятельности ФСО	+	+		+
ОПК-3	Умеет: оценивать воспитательный потенциал мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; определять эффективные средства и методы воспитательной работы в ФСО	+			

ОПК-3	Имеет практический опыт: использования технологий анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной и физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы; разработки годового плана воспитательной работы ФСО	+	+		
ОПК-5	Знает: проблематику основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической и др.) в процессе спортивной тренировки; показатели эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации	+	+	+	+
ОПК-5	Умеет: выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности и выявлять причины ее несовершенства; применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом	+	+	+	+
ОПК-5	Имеет практический опыт: оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретного спортсмена	+	+		+
ОПК-9	Знает: виды и методику разработки оценочных средств в рамках компетентностного подхода и оценки квалификации	+	+	+	+
ОПК-9	Умеет: разрабатывать методические материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно- спортивных организациях	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

а) *основная литература:*

Не предусмотрена

б) *дополнительная литература:*

Не предусмотрена

в) *отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:*

Не предусмотрены

г) *методические указания для студентов по освоению дисциплины:*

1. Конспекты лекций по дисциплине "Особенности подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации"

*из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:*

1. Конспекты лекций по дисциплине "Особенности подготовки студентов-спортсменов высокой квалификации"

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система	Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. [Электронный ресурс] / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. — Электрон. дан. — М. :



		издательства Лань	Советский спорт, 2012. — 620 с. <a href="http://e.lanbook.com/book/4114">http://e.lanbook.com/book/4114</a>
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Воронков, Ю.И. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2011. — 228 с. <a href="http://e.lanbook.com/book/4116">http://e.lanbook.com/book/4116</a>
3	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2010. — 392 с. <a href="http://e.lanbook.com/book/10839">http://e.lanbook.com/book/10839</a>
4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Каримов, Р.Р. Организация и проведение соревнования: метод. пособие. [Электронный ресурс] / Р.Р. Каримов, В.А. Рысин, В.Д. Чистонов. — Электрон. дан. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2007. — 152 с. <a href="http://e.lanbook.com/book/42363">http://e.lanbook.com/book/42363</a>
5	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Михайлова, Т.В. Социально-педагогические основы деятельности тренера : монография. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Физическая культура, 2009. — 288 с. <a href="http://e.lanbook.com/book/9162">http://e.lanbook.com/book/9162</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2022)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор, микрофон, колонки
Практические занятия и семинары	303 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор, микрофон, колонки
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь. Зал с выходом в Интернет
Лекции	103 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор, микрофон, колонки
Практические занятия и семинары	ЛАМ (УСК)	Лыжный эргометр Ski-Erg, беговая инерционная дорожка Aft, аналитическая программа PerfPro Studio, беговой датчик мощности Stryd, датчики оксигенации мышц Moxy, электронный тонометр, ноутбук, датчик пульса Polar H10, датчик оксигенации мышц Moxy