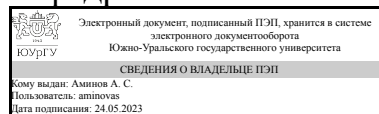


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



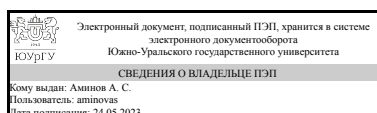
А. С. АМИНОВ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.М0.02 Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортсменов
для направления 49.04.01 Физическая культура
уровень Магистратура
магистерская программа Технологии спортивной подготовки
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

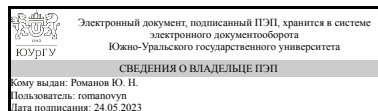
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 944

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



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,
д.биол.н., проф., профессор



Ю. Н. РОМАНОВ

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: изучить новые спортивные технологии, обеспечивающие качественный рост эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Задачи:

1. Совершенствование индивидуального мастерства спортсменов в расширенном диапазоне всех сторон подготовки: физической, тактико-технической, психологической, интеллектуальной; 2. Увеличение вариативности тактических индивидуальных и командных действий; 3. Повышение базового уровня атлетической подготовки с акцентом на развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости; 4. Динамичное накопление потенциала соревновательной деятельности.

Краткое содержание дисциплины

Рассматриваются основные вопросы повышения эффективности тренировки спортсменов за счёт внедрения современных инновационных технологий спортивной подготовки, активно применяемые на практике ведущими тренерами мирового уровня. Предлагаются для рассмотрения и изучения различные современные стратегии построения микро-, мезо- и макроциклов многолетней тренировки. Представлена общая характеристика современной спортивной тренировки с указанием её системы управления. Определена сущность спортивной тренировки, принципы адаптации, суперкомпенсации, тренировочные эффекты, тренируемость спортсменов и перенос тренированности. Предложены для изучения блоковое построение тренировки с её реализацией в многоцелевой модели, а также инновационные подходы к подготовке спортсменов с использованием психофизиологических технологий.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-1 Способен проводить анализ и оценку эффективности методик, осуществления тренировочного и соревновательного процессов, разрабатывать научно-методические материалы, обеспечивающие реализацию наиболее эффективных методик	Знает: зарубежный и отечественный опыт подготовки спортивного резерва Умеет: сравнивать эффективность функционирования систем подготовки спортсменов; находить пути модернизации системы подготовки спортсменов; проводить анализ тренировочной и соревновательной деятельности отечественных и зарубежных спортсменов; анализировать модели соревновательной деятельности, олимпийских чемпионов на этапах многолетней подготовки спортсменов;
ПК-2 Способен осуществлять тренировочный процесс и руководство состязательной деятельностью обучающихся на различных этапах спортивной подготовки	Знает: методы организации работы спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта; передовые и перспективные научно-методические разработки в области методик подготовки высококвалифицированных спортсменов к соревнованиям по виду спорта Умеет: выявлять негативные тенденции в реализации комплексной программы подготовки

	спортивной сборной команды и оперативно на них реагировать; выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе и инновационных;
ПК-4 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного и состязательного процессов на всех этапах спортивной подготовки	Имеет практический опыт: планирования, контроля и координации деятельности тренеров и специалистов, задействованных в подготовке спортсменов, при формировании состава спортивной сборной команды, при проведении подготовки и участии в соревнованиях

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Производственная практика (научно-исследовательская работа) (1 семестр), Производственная практика (научно-исследовательская работа) (2 семестр)	Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте, Производственная практика (преддипломная) (5 семестр), Производственная практика (научно-исследовательская работа) (5 семестр)

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

Дисциплина	Требования
Производственная практика (научно-исследовательская работа) (1 семестр)	Знает: особенности тренировочного и состязательного процессов на всех этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта, актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта, систему научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, сферы и направления профессиональной самореализации, способы ее совершенствования и основы рациональной организации труда Умеет: проводить анализ тренировочного процесса на всех этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта, анализировать достигнутые результаты спортивной подготовки по виду спорта, актуализировать проблематику научного исследования на основе междисциплинарного подхода и интеграции знаний Имеет практический опыт: изучения передового опыта руководства тренировочным процессом, соревновательной деятельностью с занимающимися, спортсменами по виду спорта
Производственная практика (научно-исследовательская работа) (2 семестр)	Знает: современные теории и концепции стратегического анализа деятельности организации физической культуры и спорта, технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта Умеет: оперировать основными теоретическими

	знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления, выявлять проблемы при планировании тренировочного процесса, определять обобщенные характеристики соревновательных компонентов в избранного виде спорта, определять факторы повышения эффективности тренировочного процесса, достижения высоких спортивных результатов, оценивать результаты профессиональной деятельности и вносить в нее коррективы Имеет практический опыт: саморазвития и самореализации на основе самооценки в профессиональной и других сферах деятельности
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 з.е., 180 ч., 32,75 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		3	4
Общая трудоёмкость дисциплины	180	108	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	20	12	8
Лекции (Л)	4	4	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	147,25	89,75	57,5
изучение специальной литературы, проработка лекционного материала	40	20	20
подготовка к практическим занятиям	44,25	26,75	17,5
подготовка к зачету	18	18	0
изучение специальной литературы	25	25	0
подготовка к экзамену	20	0	20
Консультации и промежуточная аттестация	12,75	6,25	6,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основы методики и её базовые концепции	5	1	4	0
2	Основы планирования и построения тренировки	6	1	5	0
3	Инновационные подходы к подготовке спортсменов	9	2	7	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
3	1	Тренируемость спортсменов. Теория и практика переноса тренированности	1
6	2	Традиционная теория спортивной тренировки .Реализация многоцелевой блоковой модели тренировки в разных видах спорта	1
7	3	Современные оригинальные подходы к планированию и построению подготовки спортсменов. Тренировочное занятие: основные концепции и особенности построения	1
9	3	Инновационные подходы к подготовке спортсменов. Одновременная и предварительная преактивация (ОПМД) стимулирующая проявление максимальных физических возможностей	1

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Принцип суперкомпенсаций и его применение в практике	1
2	1	Тренируемость спортсменов	1
3	1	Теория и практика переноса тренированности	1
4	1	Влияние тренировки на выносливость на проявление скоростно-силовых способностей	1
5	2	Традиционная теория спортивной тренировки .	1
6	2	Реализация многоцелевой блоковой модели тренировки в разных видах спорта	1
7	2	Современные оригинальные подходы к планированию и построению подготовки спортсменов.	1
8	2	Тренировочное занятие: основные концепции и особенности построения	1
9	2	Спортивные талант и его развитие.	1
10	3	Тренировка в условиях среднегорья	1
11	3	Использование психофизиологических технологий в подготовке спортсменов	1
12	3	Инновационные подходы к подготовке спортсменов	1
13	3	Одновременная и предварительная преактивация (ОПМД) стимулирующая проявление максимальных физических возможностей	1
14	3	Предварительная преактивация мышечной деятельности (ППМД)	1
15	3	Тренировка с использованием биологической обратной связи (БОС)	1
16	3	Тренировка в условиях искусственной среды и виртуальной реальности.	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на	Семестр	Кол-во

	ресурс		часов
изучение специальной литературы, проработка лекционного материала	Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ) Челябинск Вестник Южно-Уральского государственного университета Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-№ 2,3,4; 2008 - № 1,4; 20013 - № 1,4	3	20
подготовка к практическим занятиям	Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] учеб. пособие для вузов физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2007. - 142, [1] с. табл. Тема № 12 с. 80-85	3	26,75
подготовка к практическим занятиям	Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] учеб. пособие для вузов физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2007. - 142, [1] с. табл. Тема № 20 с.112-117	4	17,5
подготовка к зачету	ПУМД осн. № 1 с. 15-29, с. 38-48, с. 55-81; ЭУМД № 1 с. 21-88; № 2 с. 14-90.	3	18
изучение специальной литературы	Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с. Глава 20 с. 394-406	3	25
изучение специальной литературы, проработка лекционного материала	Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ) Челябинск Вестник Южно-Уральского государственного университета Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2005-№1,2. 2011 - № 3,4; 2014 - № 1,2,3	4	20
подготовка к экзамену	ПУМД осн. № 1 с. 30-37, с. 51-74, с. 82-101; ЭУМД № 1 с. 92-104; № 2 с. 91-150.	4	20

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	3	Текущий	Опрос по	5	11	Правильный ответ - 1 балл, неправильный -	зачет

		контроль	теме № 1			0 баллов	
2	3	Текущий контроль	Опрос по теме 2	5	8	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
3	3	Текущий контроль	Опрос по теме 3	5	8	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
4	3	Текущий контроль	Опрос по теме 4	5	7	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
5	3	Текущий контроль	Опрос по теме 5	5	7	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
6	3	Текущий контроль	Опрос по теме 6	5	10	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
7	3	Текущий контроль	Опрос по теме 7	5	18	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
8	3	Текущий контроль	Опрос по теме 8	5	14	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
9	3	Текущий контроль	Опрос по теме 9	5	9	Правильный ответ - 1 балл, неправильный 0 баллов	зачет
10	3	Текущий контроль	Опрос по теме 10	5	22	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
11	3	Текущий контроль	Задание 1	20	3	<p>В ответе на задание рассмотрены как минимум три варианта концепций периодизаций тренировочного процесса, а также представлено авторское понимание с обоснованием и собственным суждением, почему нужно остановиться на двух концепциях, представленных в задании - 3 балла;</p> <p>В ответе на задание рассмотрено только две концепции, представлено авторское понимание с обоснованием и собственным суждением базовых отличий этих концепций - 2 балла;</p> <p>В ответе на задание представлен только два вариант схемы без должного обоснования и собственного суждения - 1 балла;</p> <p>В ответе на задание не дано чёткого понимания в отличиях базовых концепций периодизации тренировочного процесса - 0 баллов</p>	зачет
12	3	Текущий контроль	Задание 2	20	3	<p>В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методических приёмов по реализации переноса тренированности, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 3 балла;</p> <p>В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методического приёма, а также представлен авторский вариант схемы с обоснованием и собственным суждением - 2 балла;</p> <p>В ответе на задание представлен только авторский вариант методического приёма с обоснованием и собственным суждением - 1 балла;</p>	зачет

						В ответе на задание не представлен авторский вариант методического приёма с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	
13	3	Текущий контроль	Тест	10	20	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
14	3	Промежуточная аттестация	зачёт	-	4	<p>Порядок начисление баллов на зачете:</p> <p>При ответе на вопрос обучающийся аргументированно и правильно излагает материал, опираясь на знания и жизненный опыт; приводит не менее трёх примеров, выражает собственное мнение и понимание по проблеме, сформулированной в вопросе; даёт развёрнутый ответ, выходящий за рамки лекционного материала; ответ ясен, конкретен, однозначен; ответ содержит чёткие формулировки всех определений, касающихся указанного вопроса - 2 балла; при ответе приводит два примера; мнение выражает формально, то есть с установкой согласен или несогласен; обучающийся поверхностно рассуждает на предложенную тему вопроса, отклоняется от основной проблемы, сформулированной в вопросе; при ответе есть неточности; демонстрирует только знание материалов лекций; ответы на вопрос содержат нечёткие, размытые формулировки определений, прямо касающихся указанного вопроса; речь обучающегося характеризуется бедностью словаря и однообразием грамматического строя речи - 1 балл;</p> <p>обучающийся при ответе на вопрос не выразил собственного мнения; не привёл аргументов; при ответе на вопрос уходит от темы при ответе на вопрос; на вопрос отвечает неправильно; демонстрирует незнание даже материала лекций; ответы неясны, неконкретны, содержат неправильные формулировки основных определений, прямо относящихся к вопросу, или вообще не может дать; демонстрирует низкое качество речи, которое существенно затрудняет понимание смысла его ответов - 0 баллов.</p>	зачет
15	4	Текущий контроль	Задание 1	15	3	При разработке методики дано объяснение сути преактивационной деятельности с обоснованием физиологических процессов, которые обеспечивают это явление; даны примеры видов спорта, где можно использовать преактивацию, опираясь на первую центральную и вторую периферические физиологические теории – 3 балла;	экзамен

						<p>задание выполнено с некоторыми неточностями, недостаточным объяснением действий физиологических теорий на явление преактивации – 2 балла;</p> <p>не дано объяснение рефлекторных механизмов преактивации – 1 балл;</p> <p>не объяснена роль первой центральной и второй периферической физиологических теорий при разработки методик преактивационной деятельности – 0 баллов.</p>	
16	4	Текущий контроль	Задание 2	20	3	<p>представлены три подхода к определению содержания упражнений, входящих в ППМД, а также дан подробный алгоритм предварительной преактивации определённого двигательного действия в избранном виде спорта; дано физиологическое обоснование предварительной преактивации с указанием двух основных теорий, даны все характеристики условий стимулирующих процедур перед основным нагрузочным действием, определяющим спортивный результат, представлен учёт индивидуальных характеристик спортсменов – 3 балла;</p> <p>представлены не все подходы к определению содержания упражнений для ППМД, нет детального алгоритма ППМД в избранном виде спорта, нет чёткого физиологического обоснования с указанием двух основных теорий, не представлены все характеристики условий стимулирующих процедур перед основным нагрузочным действием, не в полной мере представлены индивидуальные характеристики спортсменов – 2 балла;</p> <p>отсутствуют подходы к определению содержания упражнений для ППМД, нечётко представлен алгоритм ППМД, не учтены индивидуальные характеристики спортсменом, к которым применена ППМД – 1 балл;</p> <p>не представлен алгоритм ППМД, нет физиологического обоснования при применении ППМД, не представлены индивидуальные характеристики спортсменов – 0 баллов.</p>	экзамен
17	4	Текущий контроль	Задание 3	20	3	<p>В задании представлены как минимум три примера использования поляризованной тренировки (ПТ) при программировании тренировочного процесса спортсменами мирового класса, дана программа периодизации при подготовке к</p>	экзамен

						<p>соревнованию в избранном виде спорта, представлены преимущества ПТ с точки зрения эволюционной биологии, молекулярной биологии и теории тренировок, дано сравнение ПТ с высокоинтенсивными интервальными тренировками – 3 балла;</p> <p>представлено два примера использования ПТ, нарушен алгоритм составления программы периодизации, представлены не все преимущества ПТ с точки зрения эволюционной биологии, молекулярной биологии и теории тренировок, сравнение ПТ с ВИТ дано – 2 балла;</p> <p>представлен один пример использования ПТ, программа периодизации в избранном виде спорта составлена с нарушениями, не указаны преимущества ПТ с точки зрения биологических теорий и теории тренировок, сравнение ПТ с ВИТ дано – 1 балл;</p> <p>нет примеров в использовании ПТ высококлассными спортсменами, программа периодизации выполнена с большими нарушениями, не указаны преимущества ПТ, нет сравнения ПТ с ВИТ – 0 баллов.</p>	
18	4	Текущий контроль	Задание 4	20	3	<p>1. учтены все факторы, определяющие работоспособность спортсменов в среднегорье, учтены обще применяемые методики подготовки, принципы и основные положения тренировки в среднегорье, учтены особенности реакклиматизации на уровне моря – 3 балла;</p> <p>2. не все факторы, определяющие работоспособность, учтены в работе, остальные соответствуют пункту 1 критериев оценки – 2 балла;</p> <p>3. не все факторы, определяющие работоспособность, учтены при составлении программы подготовки, учтены не все рекомендации по применению общепринятых методик подготовки, учтены не все особенности реакклиматизации – 1 балл;</p> <p>4. не выполнены требования оценивания по критериям оценки пункта 1 – 0 баллов</p>	экзамен
19	4	Текущий контроль	Задание 5	20	3	<p>В ответе на задание представлены как минимум три варианта использования концепций периодизации при программировании тренировочного процесса, дана программа периодизации в аэробном микроцикле при подготовке к</p>	экзамен

					<p>соревнованию в избранном виде спорта, представлены преимущества выбранной концепции при сравнении с другими концепциями – 3 балла;</p> <p>представлено два варианта использования концепций периодизации, присутствуют нарушения в алгоритме составления программы периодизации, представлены не все преимущества выбранной концепции – 2 балла;</p> <p>представлен один вариант использования концепции периодизации, программа периодизации в избранном виде спорта при развитии в микроцикле аэробных качеств составлена с нарушениями, не указаны преимущества выбранной концепции – 1 балл;</p> <p>программа периодизации не соответствует общепризнанным в практике спорта, не указаны преимущества концепции, нет сравнения с другими концепциями периодизации – 0 баллов.</p>		
20	4	Текущий контроль	Задание 6	20	3	<p>В ответе на задание обоснованно включены три мезоцикла (накопительный, трансформирующий и реализационный) при использовании блочной концепции периодизации при программировании тренировочного процесса, дана программа периодизации при подготовке к соревнованию в избранном виде спорта с учётом развития всех спортивно важных физических качеств, обоснована последовательность применяемых тренировочных воздействий как в тренировочном дне, в микроциклах, а также в отдельных мезоциклах подготовки – 3 балла;</p> <p>Присутствуют незначительные нарушения в алгоритме составления программы периодизации, в каких-то днях микроциклов необоснованно применены те или иные тренировочные воздействия (не более 10% от всего объёма тренировочной программы) – 2 балла;</p> <p>программа периодизации в избранном виде спорта составлена с нарушениями(не более 30% от всего объёма тренировочной программы) – 1 балл;</p> <p>программа периодизации в избранном виде спорта составлена с нарушениями (более 30% от всего объёма тренировочной</p>	экзамен

						программы) – 0 баллов	
21	4	Промежуточная аттестация	экзамен	-	4	<p>Порядок начисление баллов на экзамене:</p> <p>При ответе на вопрос обучающийся аргументированно и правильно излагает материал, опираясь на знания и жизненный опыт; приводит не менее трёх примеров, выражает собственное мнение и понимание по проблеме, сформулированной в вопросе; даёт развёрнутый ответ, выходящий за рамки лекционного материала; ответ ясен, конкретен, однозначен; ответ содержит чёткие формулировки всех определений, касающихся указанного вопроса - 2 балла; при ответе приводит два примера; мнение выражает формально, то есть с установкой согласен или не согласен; обучающийся поверхностно рассуждает на предложенную тему вопроса, отклоняется от основной проблемы, сформулированной в вопросе; при ответе есть неточности; демонстрирует только знание материалов лекций; ответы на вопрос содержат нечёткие, размытые формулировки определений, прямо касающихся указанного вопроса; речь обучающегося характеризуется бедностью словаря и однообразием грамматического строя речи - 1 балл;</p> <p>обучающийся при ответе на вопрос не выразил собственного мнения; не привёл аргументов; при ответе на вопрос уходит от темы при ответе на вопрос; отвечает на вопрос неправильно; демонстрирует незнание даже материала лекций; ответы неясны, неконкретны, содержат неправильные формулировки основных определений, прямо относящихся к вопросу, или вообще не может дать; демонстрирует низкое качество речи, которое существенно затрудняет понимание смысла его ответов - 0 баллов.</p>	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	<p>зачёт проводится в виде устного опроса. Студенту даётся 2 вопроса из списка. На подготовку выделяется не более 20 минут. 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.</p> <p>Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	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.	
экзамен	экзамен проводится в виде устного опроса. Студенту даётся 2 вопроса из списка. На подготовку выделяется не более 30 минут. 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 экзамен 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 в семестре, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на экзамене (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	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
ПК-1	Знает: зарубежный и отечественный опыт подготовки спортивного резерва	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПК-1	Умеет: сравнивать эффективность функционирования систем подготовки спортсменов; находить пути модернизации системы подготовки спортсменов; проводить анализ тренировочной и соревновательной деятельности отечественных и зарубежных спортсменов; анализировать модели соревновательной деятельности, олимпийских чемпионов на этапах многолетней подготовки спортсменов;	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПК-2	Знает: методы организации работы спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта; передовые и перспективные научно-методические разработки в области методик подготовки высококвалифицированных спортсменов к соревнованиям по виду спорта	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПК-2	Умеет: выявлять негативные тенденции в реализации комплексной программы подготовки спортивной сборной команды и оперативно на них реагировать; выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе и инновационных;	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ПК-4	Имеет практический опыт:	+	+								+	+	+	+		+	+	+	+	+	+	+

планирования, контроля и координации деятельности тренеров и специалистов, задействованных в подготовке спортсменов, при формировании состава спортивной сборной команды, при проведении подготовки и участии в соревнованиях	
---	--

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для вузов физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2001. - 478,[1] с. ил.
2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с.

б) дополнительная литература:

1. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки Учеб. пособие для вузов по специальности 033100- Физическая культура И. М. Туревский, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов и др.; Под ред. И. М. Туревского. - М.: Academia, 2003. - 318,[1] с. табл.
2. Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст] учеб. пособие для вузов физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2007. - 142, [1] с. табл.

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

1. Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ) Челябинск Вестник Южно-Уральского государственного университета Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. А.П. Исаев, В.В. Эрлих, В.Б. Ежов **ЛОКАЛЬНО-РЕГИОНАЛЬНАЯ МЫШЕЧНАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ И АДАПТАЦИИ БЕГУНОВ И ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В УСЛОВИЯХ РАВНИНЫ И СРЕДНЕГОРЬЯ**
2. А.П. Исаев, В.В. Рыбаков, В.В. Эрлих **ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ: СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ РЕШЕНИЯ**

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. А.П. Исаев, В.В. Эрлих, В.Б. Ежов **ЛОКАЛЬНО-РЕГИОНАЛЬНАЯ МЫШЕЧНАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ В СИСТЕМЕ**

ПОДГОТОВКИ И АДАПТАЦИИ БЕГУНОВ И ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В УСЛОВИЯХ РАВНИНЫ И СРЕДНЕГОРЬЯ

2. А.П. Исаев, В.В. Рыбаков, В.В. Эрлих ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ: СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ РЕШЕНИЯ

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт. [Электронный ресурс] / Б. Кафка, О. Йеневайн. — Электрон. дан. — М. : Спорт, 2016. — 176 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/73820 — Загл. с экрана.
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Иорданская, Ф.А. Мужчина и женщина в спорте высших достижений. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2012. — 256 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/4091 — Загл. с экрана.

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. -База данных rolpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. 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
Лекции	103 (6)	стенды, макеты, системный блок, монитор, клавиатура, мышь, микрофон, колонки, экран, проектор
Самостоятельная работа студента	101 (ДС)	Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь
Практические занятия и семинары	103 (6)	стенды, макеты, видеопроектор
Контроль самостоятельной работы	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, микрофон, колонки, экран, проектор