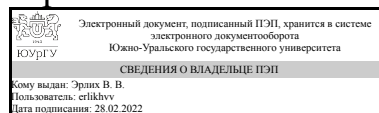


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института
Институт спорта, туризма и
сервиса



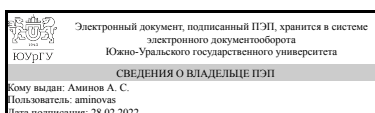
В. В. Эрлих

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П1.04 Основы тренерского мастерства
для направления 49.03.01 Физическая культура
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Спортивная подготовка
форма обучения очная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

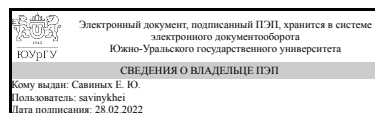
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

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



А. С. АМИНОВ

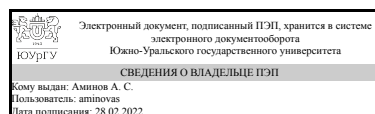
Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Е. Ю. САВИНИХ

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной
программы
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - сформировать комплекс знаний, умений и навыков, направленных на совершенствование профессионального мастерства будущего спортивного тренера. Задачи: – изучить теоретические и методические основы деятельности спортивного тренера; – сформировать у студентов систему знаний о профессиональной и воспитательной деятельности тренера и научить применять эти знания в своей практической работе; – расширить и углубить знания, умения по взаимоотношениям тренера и спортсмена с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей занимающихся и уровня развития спортивного коллектива; – способствовать формированию умений и навыков применения полученных знаний в профессиональной деятельности.

Краткое содержание дисциплины

Профессия тренера. Особенности профессии тренера. Выбор профессии тренера. Становление профессионального мастерства тренера. Тренерская философия. Психология личности и деятельности тренера. Роль тренера в подготовке спортсмена, особенности его деятельности. Индивидуальный стиль деятельности и стиль руководства тренера. Профессионально-значимые качества личности тренера. Профессиональная карьера тренера. Воспитательная роль тренера. Тренерский идеал и творческая индивидуальность наставника. Личная творческая концепция тренера. Модели тренерского творчества. Возможные трудности в работе тренера. Оценка эффективности работы тренера. Система научной организации труда тренера: планирование и организация личной деятельности тренера, самосовершенствование тренера и работа по освоению передового опыта, контроль и анализ. Научно-методическая работа тренера.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знает: основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, основы их психодиагностики, а также этапы профессионального становления и саморазвития в спортивного тренера; основные подходы и направления работы в области профессиональной ориентации, поддержки и сопровождения профессионального самоопределения Умеет: определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения профессиональной деятельности тренера Имеет практический опыт: самоанализа способов и результатов своих профессиональных действий, эффективного общения, диагностики по определению психологического климата в спортивном коллективе

ПК-2 Способен осуществлять формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	Знает: спортивную этику Умеет: развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию; обучать занимающихся ведению спортивного дневника и умению анализировать записанные данные; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря Имеет практический опыт: формирования положительной самооценки занимающихся, уверенности в собственных силах
ПК-4 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов многолетнего тренировочного процесса	Знает: требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Умеет: выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов Имеет практический опыт: сбора и анализа информации о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях
ПК-7 Способен проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по его совершенствованию	Знает: формы организации тренировочного и образовательного процессов

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Психология физической культуры	Производственная практика, преддипломная практика (8 семестр)

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

Дисциплина	Требования
Психология физической культуры	Знает: эффективные способы обеспечения психологической поддержки спортсменов на основании индивидуального подхода, решения психологических проблем тренера и поддержки мотивации в спорте, принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования, психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации Умеет: подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический

	настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; поддерживать высокий уровень спортивной мотивации Имеет практический опыт: планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда; выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов, применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		6
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	35,75	35,75
с применением дистанционных образовательных технологий	0	
Подготовка к зачету	7,75	7.75
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий, подготовка доклада	28	28
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах
-----------	----------------------------------	---

		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основы тренерской деятельности	8	4	4	0
2	Профессиональная карьера тренера	4	2	2	0
3	Профессиональные составляющие тренерской деятельности	16	8	8	0
4	Система научной организации труда тренера	4	2	2	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Профессия тренера. Особенности профессии тренера. Выбор профессии тренера. Становление профессионального мастерства тренера. Тренерская философия.	2
2	1	Психология личности и деятельности тренера. Роль тренера в подготовке спортсмена, особенности его деятельности. Индивидуальный стиль деятельности и стиль руководства тренера. Профессионально-значимые качества личности тренера. Психологическая подготовка тренера. Психические состояния тренера	2
3	2	Профессиональная карьера тренера. Особенности карьеры спортивного тренера. Особенности мужской и женской карьеры тренера. Повышение квалификации тренера.	2
4	3	Воспитательная роль тренера. Тренерский идеал и творческая индивидуальность наставника. Личная творческая концепция тренера. Модели тренерского творчества.	2
5	3	Роль личности тренера в успешности спортивной и спортивно-оздоровительной деятельности его воспитанников	2
6	3	Возможные трудности в работе тренера. Психологические особенности разрешения ситуаций	2
7	3	Оценка эффективности работы тренера	2
8	4	Система научной организации труда тренера: планирование и организация личной деятельности тренера, самосовершенствование тренера и работа по освоению передового опыта, контроль и анализ. Научно-методическая работа тренера	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Выбор стиля работы тренера. Речь и голос тренера – составляющие его деятельности. Голосовой аппарат. Гибкость, выразительность голоса, его сила, диапазон, тембр. Упражнения для артикуляционного аппарата. Работа над правильным произношением гласных и согласных звуков. Скороговорки. Умение отдавать команды (требования к дыханию, голосу, дикции). Типы дыхания, их характеристики, внешние признаки. Методика тренировки дыхания.	2
2	1	Чувство собственного достоинства тренера. Самонаблюдение, самоанализ и самоуважение	2
3	2	Порядок присвоения квалификационных категорий тренеров и квалификационных требований к присвоению квалификационных категорий тренеров. Порядок и условия присвоения почетного спортивного звания	2

		"заслуженный тренер России"	
4	3	Мастерство тренера на тренировочном занятии. Общий анализ тренировочного занятия	2
5	3	Управление поведением спортсменов. Позитивная дисциплина. Превентивная дисциплина. Корректирующая дисциплина. Управление взаимоотношениями. Управление рисками	2
6	3	Обучение техническим навыкам. Обучение тактическим навыкам. Планирование обучения. Основопологающие принципы физической подготовки.	2
7	3	Единая всероссийская спортивная классификация: нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов в избранном видам спорта, включенным во Всероссийский реестр видов спорта, а также условия выполнения этих норм и требований	2
8	4	Научный анализ и обобщение передового тренерского опыта	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 зачету	1 ЭУМД №1 с. 8-438 2 ЭУМД №2 с. 6-173 3 ЭУМД №3 с. 12-478 4 Конспекты лекций и материалы практических занятий	6	7,75
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий, подготовка доклада	1 ЭУМД №1 с. 8-438 2 ЭУМД №2 с. 6-173 3 ЭУМД №3 с. 12-478 4 Конспекты лекций	6	28

6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

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 - ется в ПА
1	6	Текущий контроль	Анализ личностных причин будущей тренерской деятельности	10	15	0-7 - по 1 баллу за добавление собственных причин для тренерской деятельности 1 балл - определена значимость каждой причины 5 баллов - сделан общий вывод по	зачет

						собственной самооценке значимости причин тренерской деятельности 2 балла - сделано короткое сообщение по заданию	
2	6	Текущий контроль	Разработка профессионального кодекса тренера в избранном виде спорта	15	13	1 балл - за правильное заполнение каждого раздела или подраздела профессионального кодекса тренера	зачет
3	6	Текущий контроль	Доклад о выдающимся тренере в избранном виде спорта	20	7	По 1 баллу - за каждый пункт	зачет
4	6	Текущий контроль	Доклад об условиях и нормах выполнения спортивных разрядов и званий в ИВС	20	5	5 - содержание соответствует теме доклада, тема полностью раскрыта, логичность и последовательность в изложении материала, убедительность рассуждений, оригинальность мышления. студент отвечает на вопросы по теме доклада 4 - содержание соответствует теме доклада, тема полностью раскрыта не полностью, логичность и последовательность в изложении материала, убедительность рассуждений, оригинальность мышления. студент отвечает на вопросы по теме доклада 3 - содержание соответствует теме доклада, тема не полностью раскрыта, логичность и последовательность в изложении материала, убедительность рассуждений, оригинальность мышления. студент отвечает не все на вопросы по теме доклада 2- содержание соответствует теме доклада, тема не полностью раскрыта, нет логичности и последовательности в изложении материала, отсутствует убедительность рассуждений. студент не отвечает на вопросы по теме доклада 1 - содержание не соответствует теме доклада	зачет
5	6	Текущий контроль	Опросы по дисциплине	15	3	3 - правильный и полный ответ 2 - правильный, но не полный ответ 1 - в ответе есть погрешности	зачет
6	6	Текущий контроль	Практическое задание ключевые факторы победы спортсменов	20	5	5 - задание выполнено в полном объеме, логичность и последовательность в изложении материала, убедительность рассуждений, оригинальность мышления 4 - задание выполнено в полном	зачет

					<p>объеме, логичность и последовательность в изложении материала, отсутствует убедительность рассуждений</p> <p>3 - задание выполнено частично, логичность и последовательность в изложении материала, убедительность рассуждений, оригинальность мышления</p> <p>2 - задание выполнено частично, нет логичности и последовательности в изложении материала, отсутствует убедительность рассуждений</p> <p>1 - задание выполнено менее чем на 50 %</p>	
7	6	Промежуточная аттестация	Зачет	-	<p>5</p> <p>Зачет проводится в устной форме.</p> <p>5 баллов - студент ответил правильно и полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и ответил правильно на дополнительный вопрос.</p> <p>4 балла - студент ответил правильно и полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету, но не ответил на дополнительный вопрос или студент ответил правильно и полно на 1 вопрос из списка вопросов к зачету, на 2 вопрос ответил правильно, но не полно и ответил правильно дополнительный вопрос.</p> <p>3 балла - студент ответил правильно и полно на 1 вопрос из списка вопросов к зачету, на 2 вопрос ответил не полно и не ответил на дополнительный вопрос или студент ответил не полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и ответил правильно дополнительный вопрос.</p> <p>2 балла - студент ответил не полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и не ответил правильно дополнительный вопрос.</p> <p>1 балла - студент ответил не полно только на 1 вопрос из списка вопросов к зачету.</p> <p>0 баллов - студент не смог дать ответ ни на один вопрос</p>	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Зачет проводится в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Оценочные материалы

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ						
		1	2	3	4	5	6	7
УК-6	Знает: основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития, основы их психодиагностики, а также этапы профессионального становления и саморазвития в спортивного тренера; основные подходы и направления работы в области профессиональной ориентации, поддержки и сопровождения профессионального самоопределения	+	+			+		+
УК-6	Умеет: определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения профессиональной деятельности тренера						+	+
УК-6	Имеет практический опыт: самоанализа способов и результатов своих профессиональных действий, эффективного общения, диагностики по определению психологического климата в спортивном коллективе						+	+
ПК-2	Знает: спортивную этику	+						+
ПК-2	Умеет: развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию; обучать занимающихся ведению спортивного дневника и умению анализировать записанные данные; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря			+				+
ПК-2	Имеет практический опыт: формирования положительной самооценки занимающихся, уверенности в собственных силах			+				+
ПК-4	Знает: требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией				+			+
ПК-4	Умеет: выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов							++
ПК-4	Имеет практический опыт: сбора и анализа информации о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях							++
ПК-7	Знает: формы организации тренировочного и образовательного процессов						+	+

Фонды оценочных средств по каждому контрольному 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. Кабанов, С. А. Физиологические и психологические проблемы оценочной деятельности, адаптации, стресса и поведения человека : социально-физиологические, психолого-педагогические и поведенческие аспекты : монография / С. А. Кабанов, С. А. Личагина, А. С. Аминов ; под

науч. ред. А. П. Исаева ; Юж.-Урал. гос. ун-т ; ЮУрГУ. - Челябинск :
Издательство ЮУрГУ , 2005. - 249 с.

2. Конспекты лекций по дисциплине "Основы тренерского мастерства"

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Кабанов, С. А. Физиологические и психологические проблемы оценочной деятельности, адаптации, стресса и поведения человека : социально-физиологические, психолого-педагогические и поведенческие аспекты : монография / С. А. Кабанов, С. А. Личагина, А. С. Аминов ; под науч. ред. А. П. Исаева ; Юж.-Урал. гос. ун-т ; ЮУрГУ. - Челябинск : Издательство ЮУрГУ , 2005. - 249 с.

2. Конспекты лекций по дисциплине "Основы тренерского мастерства"

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Мартенс, Р. Успешный тренер : руководство / Р. Мартенс. — Москва : Спорт-Человек, 2014. — 440 с. — ISBN 978-5-906131-45-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97570
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Якимов, А. М. Основы тренерского мастерства : учебно-методическое пособие / А. М. Якимов. — 2-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2015. — 176 с. — ISBN 978-5-9906734-3-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97434
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Туманян, Г. С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г. С. Туманян. — Москва : Советский спорт, 2006. — 494 с. — ISBN 5-9718-0114-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/11817

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 polpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(бессрочно)

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
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь
Лекции	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран
Зачет, диф. зачет	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран
Практические занятия и семинары	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран