

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Кафедра теоретических основ физического воспитания

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
МАСТЕРСТВА**

Направление: 49.03.01 – «Физическая культура»

Направленность (профиль) образовательной программы – «Спортивная тренировка»

Очная и заочная форма обучения

Красноярск 2023

Рабочая программа составлена д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа обсуждена на заседании выпускающей
кафедры-разработчика теории и методики борьбы
протокол № 11 от 18.05.2020 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы
д.п.н., профессор, академик РАО

Д.Г. Миндиашвили



Одобрено НМСН
Департамента спортивных единоборств
протокол № 8 от 20.05.2020 г.

Председатель совета
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа обсуждена на заседании выпускающей
кафедры-разработчика теории и методики борьбы
протокол № 11 от 12.05.2021 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы
д.п.н., профессор, академик РАО

Д.Г. Миндиашвили



Одобрено НМСН
Департамента спортивных единоборств
протокол № 9 от 21.05.2021 г.

Председатель совета
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры-разработчика теории и методики борьбы
протокол № 12 от 12.05.2022 г.

И.о. заведующего кафедрой
д.п.н., профессор



Д.А. Завьялов

Одобрено НМСН
Департамента спортивных единоборств им. И.С. Ярыгина
протокол № 7 от 13.05.2022 г.

Председатель совета
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании
кафедры теоретических основ физического воспитания
протокол № 9 от 3.05.2023 г.

Заведующий кафедрой
д.п.н., профессор Л.К. Сидоров

Одобрено НМСН
ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина
протокол № 9 от 17.05.2023 г.

Председатель совета
к.п.н., доцент Н.Н. Казакевич

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Повышение профессионального мастерства» направлена на решение важнейшей задачи - формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в сфере физической культуры и спорта. Путь к этому лежит через интеграцию профильных дисциплин. Она непосредственно связана с учебно-тренировочным процессом и совершенствованием студентов как действующих спортсменов и будущих тренеров.

Данная дисциплина направлена на получение студентами базовых знаний в области повышения профессионального мастерства в рамках будущей профессии.

РПД «Повышение профессионального мастерства» разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940 и профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. № 191н.

Данная дисциплина направлена на получение студентами базовых знаний в области технологии спортивной тренировки в рамках будущей профессии.

Дисциплина является дисциплиной по выбору и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. Индекс дисциплины в учебном плане Б1.ВД.01.ДВ.02.02. Формы обучения очная и заочная.

2. Трудоемкость дисциплины составляет 21 з.е., 756 часов общего объема времени, в том числе по очной форме обучения контактных 350,78, самостоятельная работа 369,55 часов, промежуточная аттестация состоит из зачетов во 2, 6, 8 семестрах и экзамена в 4 семестре (35,67 час). При заочной форме обучения контактных 84,78, самостоятельная работа 651 час, промежуточная аттестация состоит из зачетов в 4, 8, 10 семестрах и экзамена в 6 семестре (20,22 час).

3. Цели обучения дисциплины

- обучение студентов особенностям методики воспитания силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости
- формирование у студентов навыков научного мышления, обучение основам организации и методики проведения спортивной тренировки

4. Планируемые результаты обучения.

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенции)
1. Формирование у студентов – будущих бакалавров физической культуры основы техники в избранном виде спорта, обеспечение достаточного уровня спортивной подготовленности;	Знать: <ul style="list-style-type: none">• основные закономерности, тренировки, содержание и основные положения современной методики подготовки спортсменов• основные стороны спортивной тренировки (физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовка);• особенности подготовки спортсменов высших разрядов;• особенности подготовки сборных команд;• особенности соревновательной и тренировочной деятельности; методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и	1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)
2. Формирование у студентов навыков построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной		2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2)

<p>деятельности.</p> <p>3. Формирование представления о закономерностях тренировки в базовых видах, проблемах периодизации тренировки, соревновательной деятельности</p>	<p>спортивной подготовке</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • применять на практике основные учения в области физической культуры • оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе занятий • планировать тренировочные нагрузки; • определять проблемную ситуацию и проблему, обосновывать решение проблемы; • вести контроль учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий • знаниями использования витаминов, применения фармакологических средств восстановления 	<p>3. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14)</p> <p>4. Способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей (ПКО-1)</p>
--	--	---

5. Контроль результатов освоения дисциплины.

Методы текущего контроля успеваемости – вопросы к зачетам и дифференцированному зачету. Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения задания представлены в разделе «Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система)
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения): интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар)
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса: технология индивидуализации обучения; коллективный способ обучения.

Технологическая карта обучения дисциплине

«Повышение профессионального мастерства»

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы

уровень высшего образования - бакалавриат

49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы

«Спортивная тренировка»

(общая трудоемкость 21 з.е.)

по очной форме

Название разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Контакт-ных	Лекции	Лабо-ратор-ных	Практи-ческих	КРЗ	Само-стоятель-ной работы	КРЭ	Контроль
<i>Раздел 1. Основы теории спорта</i>	2	52,15	30		22	0,15	19,85		
<i>Раздел 2. Основы спортивной техники. Основы спортивной тактики. Основы физической подготовки</i>	3	68,33	32		36		40	0,33	35,67
<i>Раздел 3. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Средства восстановления в спорте.</i>	8	122,15	66		56	0,15	129,85		
<i>Раздел 4. Особенности подготовки спортсменов</i>	8	108,15	44		64	0,15	179,85		
<i>Раздел 5. Судейство, техника безопасности и предупреждение травматизм</i>									
Итого	756 (21)	350,78	172		178	0,45	369,55	0,33	35,67

Образовательная деятельность по образовательной программе проводится:

1) в форме контактной работе.

Контактные часы = Аудиторные часы + КРЗ + КРЭ

Аудиторные часы = Лекции + Лабораторные + Практические.

КРЗ – контактная работа на зачете.

КРЭ – контактная работа на экзамене.

2) в форме **самостоятельной работы** обучающихся – работы обучающихся без непосредственного контакта с преподавателем;

3) в **иных формах**, определяемых рабочей программой дисциплины.

Контроль – часы на подготовку к экзамену по очной и заочной формам обучения, часы на подготовку к зачету по заочной форме обучения.

ИТОГО часов = контактные часы + самостоятельная работа+ контроль

по заочной форме

Название разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Контакт-ных	Лекции	Лаборатор-ных	Практи-ческих	КРЗ	Самостоятель-ной работы	КРЭ	Контроль
<i>Раздел 1. Основы теории спорта</i>	3	16,15	8		8	0,15	88		3,85
<i>Раздел 2. Основы спортивной техники. Основы спортивной тактики. Основы физической подготовки</i>	5	22,33	8		14		185	0,33	8,67
<i>Раздел 3. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Средства восстановления в спорте.</i>	5	24,15	14		10	0,15	152		3,85
<i>Раздел 4. Особенности подготовки спортсменов</i> <i>Раздел 5. Судейство, техника безопасности и предупреждение травматизм</i>	7	22,15	10		12	0,15	226		3,85
Итого	756 (21)	84,78	40		44	0,45	651	0,33	20,22

Содержание теоретического курса.

Раздел 1

Основы теории спорта. Современные представления о спорте. Типы и виды спорта. Функции спорта. Соревновательная деятельность как неотъемлемая черта спорта. Правила, положения, календари соревнований. Классификация соревнований. Структура соревновательной деятельности. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов. Основные закономерности тренировки, содержание и основные положения современной методики подготовки спортсменов.

Раздел 2

Основы спортивной техники. Характеристика спортивной техники. Классификация техники в избранном виде спорта. Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. Совершенствование спортивно-технического мастерства.

Основы спортивной тактики. Характеристика спортивной тактики. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы. Критерии оценки тактики. Совершенствование тактического мастерства. Повышение надежности тактических действий в условиях сбивающих факторов, характерных для соревнований по избранному виду спорта, в условиях нагрузок высокой интенсивности, при противодействии соупражняющихся моделей соперников и реального соперника.

Основы физической подготовки. Технология физической подготовки. Задачи, средства, методы. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов. Критерии физической подготовленности спортсменов. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества», «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорта, учет физиологических закономерностей их развития. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок.

Раздел 3

Тренировочные и соревновательные нагрузки. Средства восстановления в спорте. Характеристика тренировочных нагрузок. Направленность тренировочного воздействия. Интенсивность нагрузки. Объем тренировочной нагрузки. Планирование тренировочных нагрузок. Характер отдыха и его продолжительность. Соревновательные нагрузки, их характеристика. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки. Определение понятий «утомление» и «восстановление». Характеристика явления «суперкомпенсации». Классификация средств восстановления: педагогических, психологических, медико-биологических. Питание спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта. Душ, сауна, массаж как средства восстановления в спорте. Использование витаминов. Применение фармакологических средств восстановления. Профилактико-реабилитационные мероприятия.

Модуль 4

Особенности подготовки спортсменов. Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация работы. Особенности подготовки сборных команд. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации. Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденции развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе многолетней подготовки спортсменов.

Модуль 5.

Судейство, техника безопасности и предупреждение травматизма. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения. Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям. Оборудование места соревнований и общие требования к ним. Обязанности и права участников соревнований и общие требования к представителям, тренерам, секундантам и капитанам команд. Формирование судейской коллегии и общие требования к ней. Основные функции судейской бригады. Права и обязанности главного судьи, зам. главного судьи, главного секретаря. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности

Методические указания по подготовке к лекционным занятиям

Учебные материалы дисциплины «Повышение профессионального мастерства», предназначенные для изучения, представлены в виде разделов, отражающих основное содержание дисциплины. Для удобства использования в методических материалах собрана информация, которая разбирается на лекциях и практических занятиях, а так же информация для самостоятельного изучения.

Не всегда перечень представленной информации в учебно-методических материалах дисциплины позволяет удовлетворить интерес к рассматриваемому направлению физической культуры. Приступая к изучению материала по дисциплине, помните, что, посещая лекционные занятия, Вы приобретете более надежные знания, так как работа с преподавателем дает неоспоримое преимущество – общение. Вы всегда можете задать интересующий вопрос и получить ответ. Сообщение материала сопровождается мультимедийными презентациями и упрощает понимание, кроме того, изложение информации преподавателем связано с использованием ярких примеров из практики.

Лекции необходимо конспектировать, так как в них часто освящаются вопросы, содержание которых не представлены библиотечным фондом. В качестве примера рассматриваются конкретные комплексы упражнений. Однако это не означает, что содержание занятий ограничивается только ими. Ваша задача заключается в том, чтобы осознать сущность этих упражнений, эффект, который они производят на организм человека и попытаться самостоятельно разработать подобные комплексы. Вы должны овладеть не схемой применения упражнений, а понять их направленность и эффект для того, чтобы творчески использовать их в процессе физического воспитания.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям

Практические занятия по дисциплине ориентированы на закрепление теоретического материала, изложенного на лекционных занятиях, а также на приобретение дополнительных знаний и развитие самостоятельной деятельности обучающихся. На практических занятиях происходит закрепление лекционного материала, а так же материала, предназначенного для самостоятельного изучения. Это происходит благодаря проведению опросов студентов по теме, проверке знаний с помощью составления комплексов упражнений по темам дисциплины. На практических занятиях оцениваются и

учитываются все виды активности студентов: устные ответы, дополнения к ответам других студентов, работа в группах. Практические занятия организованы так, что на каждом из них каждый студент активно участвует в работе, его знания подвергаются оценке, а соответствующие баллы идут в «общий зачет» по дисциплине. Поэтому студент заинтересован готовиться к каждому занятию без исключения.

На практические занятия необходимо приходиться в спортивной форме, что обусловлено правилами по технике безопасности. Практические занятия построены на основе разбора конкретных ситуаций, подобранные таким образом, чтобы соединить теорию и практику в рамках темы учебного курса.

Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 02.06.2020 № 232(п);
- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 02.06.2020 № 232(п); при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах

обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева, утвержденным приказом от 07.02.2018 №72(п), устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

РАЗДЕЛ № 1			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Составить словарь спортивных терминов	3	6
	Конспект «Функции спорта»	5	8
	Схема «Классификация видов спорта»	5	8
	Основные направления развития спортивного движения». Презентация «Спорт высших достижений».	5	8
Промежуточный рейтинг-контроль	Зачет	3	6
Итого		21	36

РАЗДЕЛ № 2			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Составить комплексы упражнений для технической подготовки в избранном виде спорта	3	5
	Составить комплексы упражнений для тактической подготовки в избранном виде спорта	3	5
	Составить комплексы упражнений для физической подготовки в избранном виде спорта	3	5
	Составить комплекс заданий для психологической подготовки спортсменов	3	5
	Схема «Классификация содержания средств и методов, применяемых в процессе подготовки спортсменов»	3	5
	Написание реферата по выбранной теме	4	5
Промежуточный рейтинг-контроль	экзамен	3	6
Итого		22	36

РАЗДЕЛ № 3			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Составить 2 плана-конспекта тренировочных занятий в зависимости от периода/этапа	3	5

	подготовки		
	Конспект «Принципы спортивной тренировки»	3	5
	Составить график периодизации учебно-тренировочного процесса на год	3	5
	Таблица «Периодизация системы подготовки спортсменов»	3	5
	Изучение научных публикаций по проблеме определения тренировочных нагрузок А.И. Завьялова, Д.Г. Миндиашвили и др.	5	8
Промежуточный рейтинг-контроль	зачет	4	8
Итого		21	36

РАЗДЕЛ № 4			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Конспект «Классификация соревнований»	3	6
	Составить положения на соревнования	5	8
	Конспект «Виды средств управления процессом тренировки»	3	6
	Сопровождение 5 тренировок в качестве ассистента на ЭКГ-контроле	5	8
	Подготовка доклада для выступления на семинаре «Проблемы современной тренировки»	5	8
РАЗДЕЛ № 5			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Написание реферата по истории правил соревнований и судейства	3	4
	Составление пар участников соревнования, отработка жестов судей на соревнованиях	5	8
	Умение оценить технические действия на соревнованиях	3	4
	Судейство одной из схваток	5	8
	Подготовить плакат по технике безопасности	2	4
Промежуточный рейтинг-контроль	зачет	5	8
Итого		44	72

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Итоговый рейтинг-контроль	Дифференцированный зачет	12	20
Итого		12	20

Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)	min	max
		120

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО НАБРАННЫХ БАЛЛОВ		СООТВЕТСТВИЕ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ ЭКЗАМЕНУ
min	max	
< 120 либо незакрытый обязательный модуль		не аттестован
121	150	удовлетворительно
151	170	хорошо
171	200	отлично

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Кафедра теоретических основ физического воспитания

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 9 от 3.05. 2023 г.
зав.кафедрой Л.К. Сидоров

ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического
совета направления подготовки
протокол № 9 от 17.05.2023 г.
председатель Н.Н.Казакевич

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по
дисциплине

«ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА»

Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы:
«Спортивная тренировка»

Квалификация: бакалавр

Составитель: А.И. Завьялов, д.п.н., профессор

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура,
направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная тренировка

Райковым Виктором Кирилловичем, директором КГБУ «Спортивная школа олимпийского резерва им. Б.Х. Сайтиева», Заслуженным тренером России проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) РПД дисциплины «Повышение профессионального мастерства», разработанного профессором кафедры теории и методики борьбы Завьяловым А.И.

Разработчиком представлен комплект документов, включающий:

- 1) перечень компетенций, которыми должен овладеть обучающийся в результате освоения дисциплины «Повышение профессионального мастерства»;
- 2) перечень оцениваемых средств: вопросы к зачету с оценкой, тематика рефератов и контрольных работ;
- 3) описание показателей и критериев оценивания.

Рассмотрев представленные на экспертизу материалы, эксперт пришел к следующим выводам:

ФОС по дисциплине «Повышение профессионального мастерства», соответствует требованиям, предъявляемым к структуре, содержанию ФОС ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы «Спортивная тренировка».

1. Перечень формируемых компетенций, которыми должен овладеть обучающийся в результате освоения дисциплины, соответствует ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы «Спортивная тренировка».

2. Материалы для оценки результатов освоения ОПОП ВО соответствуют требованиям к составу и взаимосвязи оценочных средств, полноте по количественному составу оценочных средств и позволяют объективно оценить результаты обучения, уровни сформированности компетенций.

3. Качество оценочных средств и ФОС обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания с различными целями.

Таким образом, структура, содержание, объем и качество (ФОС) РПД дисциплины «Повышение профессионального мастерства», соответствует требованиям, предъявляемым к структуре, содержанию ФОС ОПОП ВО по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы «Спортивная тренировка» и отвечают предъявляемым требованиям.

Эксперт
директор КГБУ «Спортивная школа
олимпийского резерва им. Б.Х. Сайтиева»
Заслуженный тренер России



В.К. Райков

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Повышение профессионального мастерства» является установление соответствия уровня подготовки обучающихся и выпускников университета требованиям образовательного стандарта по реализуемому направлению подготовки 49.03.01 – физическая культура.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01** – Физическая культура;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, квалификация: бакалавр;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Повышение профессионального мастерства»

1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)

2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2)

3. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14)

4. Способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей (ПКО-1)

2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			№	Форма
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Анатомия и возрастная физиология Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм) Психологические особенности детей с ОВЗ Современные технологии инклюзивного образования Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ Гимнастика Легкая атлетика Спортивная борьба Теория и методика спортивной тренировки Спортивная метрология Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Подготовка и проведение педагогического эксперимента Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной	текущий контроль	1	контрольная работа
			2	составление схемы
			3	презентация
			4	составление комплекса упражнений
			5	реферат
		промежуточная аттестация	6	зачет
			7	экзамен

	<p>квалификационной работы Акмеология физической культуры и спорта Теория и методика спортивной тренировки Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы</p>			
<p>ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Биопедагогика Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Научно-методическая деятельность в спорте Производственная практика: тренерская практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы Гимнастика Легкая атлетика Спортивная борьба Биопедагогика Теория и методика спортивной тренировки Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Производственная практика: тренерская практика Учебная практика: ознакомительная практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы</p>	текущий контроль	1 2 3 4 5	<p>контрольная работа составление схемы презентация составление комплекса упражнений реферат</p>
		промежуточная аттестация	6 7	<p>зачет экзамен</p>
<p>ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>Анатомия и возрастная физиология Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм) Психологические особенности детей с ОВЗ Современные технологии инклюзивного образования Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ Гимнастика Легкая атлетика Спортивная борьба Теория и методика спортивной тренировки Спортивная метрология Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Подготовка и проведение педагогического эксперимента Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы Акмеология физической культуры и спорта Теория и методика спортивной тренировки Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы</p>	текущий контроль	1 2 3 4 5	<p>контрольная работа составление схемы презентация составление комплекса упражнений реферат</p>
		промежуточная аттестация	6 7	<p>зачет экзамен</p>
<p>ПКО-1 Способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей</p>	<p>Биопедагогика Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Научно-методическая деятельность в спорте Производственная практика: тренерская практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы</p>	текущий контроль	1 2 3 4 5	<p>контрольная работа составление схемы презентация составление комплекса упражнений реферат</p>

		промежуточная аттестация	6 7	зачет экзамен
--	--	-----------------------------	--------	------------------

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к зачетам и экзамену.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочные средства: вопросы к зачетам и экзамену, разработчик А.И.

Завьялов.

Критерии оценивания по оценочным средствам «вопросы к зачету-6», «вопросы к экзамену-7»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворитель- но/зачтено
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Обучающийся на продвинутом уровне способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Обучающийся на базовом уровне способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Обучающийся на пороговом уровне способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Обучающийся на продвинутом уровне способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Обучающийся на базовом уровне способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Обучающийся на пороговом уровне способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Обучающийся на продвинутом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Обучающийся на базовом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Обучающийся на пороговом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса
ПКО-1 Способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	Обучающийся на продвинутом уровне способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	Обучающийся на базовом уровне способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	Обучающийся на пороговом уровне способен совершенствовать техническое мастерство занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей

*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: контрольная работа, составление схемы, презентация, составление комплекса упражнений, реферат.

Оценочное средство *контрольная работа*, разработчик д.п.н., профессор Завьялов А.И.

Критерии оценивания по оценочному средству «*контрольная работа -1*»

Раскрытие темы на теоретическом уровне с корректным использованием научной терминологии	3 балла - тема полностью раскрыта на теоретическом уровне, в связях и обоснованиях, с корректным использованием научных терминов и понятий.
	2 балла - тема раскрыта при формальном использовании научных терминов.
	1 балл – тема обозначена на бытовом уровне; тема не раскрыта.
Итого: Продвинутый уровень	3 балла
Базовый уровень	2 балла
Пороговый уровень	1 балл

Оценочное средство *составление схемы*, разработчик д.п.н., профессор Завьялов А.И.

Критерии оценивания по оценочному средству «*составление схемы -2*».

Критерии оценивания схемы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	8 баллов - все графы схем заполнены корректно с использованием научных понятий и терминов, установлена взаимосвязь между понятиями; 6 баллов – графы схем заполнены на не менее, чем 90% при формальном использовании научных терминов, имеется 2-3 ошибки в установлении взаимосвязей между понятиями; 5 баллов – графы заполнены не менее, чем на 60%, проблема обозначена на бытовом уровне, взаимосвязь между понятиями установлена, но имеются 3-4 ошибки; 0 баллов – графы заполнены менее, чем на 60%, взаимосвязь между понятиями не установлена.
Максимальный балл	7
Минимальный балл	4

Оценочное средство *подготовка презентации* - 3, разработчик профессор Завьялов А.И.

Критерии оценивания презентации и доклада

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	10 баллов - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий; 8 балла - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; 6 балла - проблема обозначена на бытовом уровне; 0 баллов - проблема не раскрыта.
2. Наполнение презентации иллюстративным материалом (схемы, рисунки, таблицы)	5 баллов – в презентации представлен разнообразный материал без использования пояснений в виде текста. Текст озвучен лишь в докладе. 4 балла – в презентации использованы элементы иллюстративного материала, оформленные в том числе и текстовым материалом; 3 балла – презентация на 70-79% состоит из текстовых слайдов; 0 баллов – наполнение презентации текстовыми слайдами на 80 и более процентов.
3. Качество представляемого иллюстративного материала (схемы, рисунки, таблицы) и оформления презентации	5 баллов – имеется титульный и заключительный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Весь текст презентации хорошо читаем, четкие границы таблиц и рисунков. Каждый слайд подписан и пронумерован. 4 балла – имеется титульный и заключительный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Текст презентации читаем не менее, чем в 80% случаев, четкие границы таблиц и рисунков. 3 балла - имеется титульный лист, на котором указана тема, автор (студент) и преподаватель. Текст презентации читаем не менее, чем в 60% случаев. 0 баллов – текст не читаем на большинстве слайдов.
Максимальный балл	20
Минимальный балл	12

Оценочное средство *составление комплекса упражнений* - 4, разработчик профессор Завьялов А.И.

Критерии оценивания
подобранного комплекса упражнений

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Соответствие упражнений задачам занятия	10 баллов – подобранные упражнения полностью соответствуют задачам занятия;

	<p>9 баллов - подобранные упражнения частично соответствует задачам занятия;</p> <p>8 баллов – учащийся не соотносит упражнения с поставленными задачами занятия;</p> <p>0 баллов – задачи занятия не представлены.</p>
2. Творческий подход при подборе упражнений, последовательности упражнений при обучении	<p>13 баллов – подобранные упражнения являются оригинальными; последовательность упражнений не нарушена – от простого к сложному;</p> <p>11 баллов – подобранные упражнения являются частично оригинальными; последовательность упражнений нарушена в 1-2 случаях;</p> <p>10 баллов - подобранные упражнения являются шаблонными; последовательность упражнений нарушена в 1-2 случаях;</p> <p>0 баллов – подбор упражнений отсутствует.</p>
Максимальный балл	23
Минимальный балл	18

Критерии оценивания по оценочному средству «*написание реферата-5*».

Содержательная часть реферата:	3 балла – прослеживается четкая логика изложения материала, тема раскрыта полностью.
	2 балла – тема раскрыта недостаточно, логика изложения материала прослеживается в основной части реферата
	1 балл – тема не раскрыта, нарушена логика изложения материала
Итого: Продвинутый уровень	3 балла
Базовый уровень	2 балла
Пороговый уровень	1 балл

5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

КИМ № 1. КОНТРОЛЬНЫЕ РАБОТЫ

РАЗДЕЛ № 1,2

1 вариант

1. Что такое спортивная тренировка?
2. Какие основные стороны включает в себя спортивная тренировка?
3. Раскройте методы строго регламентированного упражнения.
4. В чем суть принципа «Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация».
5. Что такое техническая подготовка и ее основная задача?
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по цели применения?

2 вариант

1. Что является целью спортивной тренировки?
2. Что представляют собой общая и специальная тренированность?
3. Перечислите словесные методы.
4. В чем суть принципа «Единство общей и специальной подготовки»?
5. Что такое тактическая подготовка и на что направлены общая и специальная подготовка?
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по содержанию?

3 вариант

1. Что такое тренированность?
2. Что являются средствами спортивной тренировки, и на какие группы они делятся?
3. Какие методы относятся к наглядным?
4. В чем суть принципа «Непрерывность тренировочного процесса»?
5. Что такое физическая подготовка? Чем отличается общая и специальная физическая подготовка?
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по сфере воздействия?

4 вариант

1. Что такое подготовленность?
2. Что представляют собой избранные соревновательные упражнения?
3. Какие методы относятся к общепедагогическим?
4. В чем суть принципа «Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок»?
5. Что такое психическая подготовка и ее цель?
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по адресату?

5 вариант

1. Что такое спортивная форма?
2. Что представляют собой специально подготовительные упражнения?
3. Какие методы относятся к практическим?
4. В чем суть принципа «Волнообразность динамики нагрузок»?
5. Перечислите основные требования к технической подготовке.
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по времени применения?

6 вариант

1. Что такое метод спортивной тренировки?
2. Что представляют собой общеподготовительные упражнения?
3. На какие две основные группы делятся методы спортивной тренировки?
4. В чем суть принципа «Цикличность тренировочного процесса»?
5. Что такое тактические знания и тактическое мышление?
6. На какие группы в процессе психической подготовки делятся средства и методы по характеру применения?

РАЗДЕЛ № 3, 4

1 вариант

1. Цели и задачи спортивной тренировки
2. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.

3. Спорт как социальное явление.

2 вариант

1. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов
2. Средства спортивной тренировки
3. Социальные функции спорта.

3 вариант

1. Организация и проведение соревнований.
2. Методы спортивной тренировки
3. Классификация видов спорта.

4 вариант

1. Принципы спортивной тренировки.
2. Управление процессом тренировки в различных видах спорта.
3. Система подготовки спортсмена.

5 вариант

1. Проблемы периодизации тренировки.
2. Комплексный контроль в различных видах спорта.
3. Основные направления в развитии спортивного движения.

6 вариант

1. Классификация соревнований.
2. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
3. Спорт высших достижений.

7 вариант

1. Проблемы современной тренировки.
2. Характеристика спортивной тренировки.
3. Спортивно-тактическая подготовка.

8 вариант

1. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена.
2. Спортивно-техническая подготовка.
3. Физическая подготовка.

9 вариант

1. Психическая подготовка.
2. Теоретическая подготовка.
3. Классификация содержания средств и методов, применяемых в процессе психической подготовки спортсменов.

РАЗДЕЛ № 5

1 вариант

1. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения.
2. Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством
3. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям

2 вариант

1. Оборудование места соревнований и общие требования к ним
2. Обязанности и права участников соревнований и общие требования к представителям, тренерам, секундантам и капитанам команд
3. Формирование судейской коллегии и общие требования к ней. Основные функции судейской бригады

3 вариант

1. Права и обязанности главного судьи, зам. главного судьи, главного секретаря
2. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности

КИМ № 2. СОСТАВЛЕНИЕ СХЕМЫ

Задание: изучив рекомендованную литературу, составьте схему

КИМ № 3 СОСТАВЛЕНИЕ КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ

Задание:

- Составить комплексы упражнений для технической подготовки в избранном виде спорта
- Составить комплексы упражнений для тактической подготовки в избранном виде спорта
- Составить комплексы упражнений для физической подготовки в избранном виде спорта
- Составить комплекс заданий для психологической подготовки спортсменов

КИМ № 4 ПОДГОТОВКА ПРЕЗЕНТАЦИИ

1. Наглядное представление результатов исследований (мультимедийное сопровождение)	3 балла - обучающийся способен выполнить презентацию в программе POWER POINT, без ошибок, с высокой информативностью, достаточное количество слайдов, высокий уровень работы (защиты) с презентацией, самостоятельное управление презентацией
	2 балла - обучающийся способен выполнить презентацию в программе POWER POINT, с высокой информативностью, низкий уровень сформированности навыка управления презентацией, неполное соответствие докладу.
	1 балл обучающийся способен выполнить презентацию в программе POWER POINT, возможно наличие грамматических и стилистических ошибок, с низкой информативностью; работа с ассистентом (управление показом), неполное соответствие материала презентации тексту доклада.
Итого: Продвинутый уровень	3 балла
Базовый уровень	2 балла
Пороговый уровень	1 балл

КИМ №5. ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям
2. Оборудование места соревнований и общие требования к ним.
3. Психофизиологические особенности спортсменов в период подготовки и участия в соревнованиях.
4. Восстановления спортсменов в годичном цикле.
5. Адаптация спортсменов в условиях высокогорья.
6. Профильные темы по культивируемым видам спорта
7. Разработка документального сопровождения тренировочного процесса в видах борьбы с учетом этапов спортивной подготовки спортсменов.
8. Методики анализа технико-тактических действий в соревновательной деятельности (арсенал технического запаса спортсмена)
9. Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсмена
10. Психолого-педагогические проблемы в спорте. Психология лидера.
11. Спортивные травмы. Диагностика. Лечение.
12. Профессиональные заболевания в спорте.
13. Современные методики повышения физической работоспособности спортсменов.
14. Современные методики формирования техники.
15. Современные технологии отбора. Наследственные предпосылки.
16. Проблема наращивания мышечной массы в культивируемом виде спорта
17. Методика анализа причин поражения в соревновательной деятельности спортсменов-борцов:
 - психологических;
 - тактических;
 - технических;
 - функциональных;
 - физического развития.

КИМ № 3 ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

МОДУЛЬ № 1

1. Основные понятия, относящиеся к спорту
2. Спорт как социальное явление
3. Социальные функции спорта.
4. Классификация видов спорта.
5. Система подготовки спортсмена
6. Основные направления в развитии спортивного движения.
7. Спорт высших достижений.

МОДУЛЬ № 2

1. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена
2. Спортивно-техническая подготовка
3. Спортивно-тактическая подготовка.
4. Физическая подготовка.

5. Теоретическая подготовка.
6. Психическая подготовка.
7. Классификация содержания средств и методов, применяемых в процессе психической подготовки спортсменов.

МОДУЛЬ № 3

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Средства спортивной тренировки.
3. Методы спортивной тренировки
4. Принципы спортивной тренировки.
5. Проблемы периодизации тренировки в различных группах видов спорта
6. Периодизация как основной принцип тренировки.
7. Инновационные подходы к проблеме периодизации спортивных нагрузок

МОДУЛЬ № 4

1. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.
2. Классификация соревнований
3. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов
4. Организация и проведение соревнований
5. Управление процессом тренировки в различных видах спорта
6. Комплексный контроль в различных видах спорта.
7. Тренировочные и соревновательные нагрузки
8. Проблемы современной тренировки.
9. Характеристика спортивной тренировки

МОДУЛЬ № 5

1. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения.
2. Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством
3. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям
4. Оборудование места соревнований и общие требования к ним
5. Обязанности и права участников соревнований и общие требования к представителям, тренерам, секундантам и капитанам команд
6. Формирование судейской коллегии и общие требования к ней. Основные функции судейской бригады
7. Права и обязанности главного судьи, зам. главного судьи, главного секретаря
8. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности

КИМ № 4 ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. История правил соревнований и судейство: характер и способы проведения.
2. Взаимосвязь правил соревнований и судейства с технико-тактическим мастерством
3. Этапы организационной работы при подготовке к соревнованиям
4. Оборудование места соревнований и общие требования к ним.
5. Психофизиологические особенности спортсменов в период подготовки и участия в соревнованиях.
6. Восстановления спортсменов в годичном цикле.
7. Адаптация спортсменов в условиях высокогорья.
8. Профильные темы по культивируемым видам спорта
9. Разработка документального сопровождения тренировочного процесса в видах борьбы с учетом этапов спортивной подготовки спортсменов.
10. Методики анализа технико-тактических действий в соревновательной деятельности (арсенал технического запаса спортсмена)
11. Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсмена
12. Психолого-педагогические проблемы в спорте. Психология лидера.
13. Спортивные травмы. Диагностика. Лечение.
14. Профессиональные заболевания в спорте.
15. Современные методики повышения физической работоспособности спортсменов.
16. Современные методики формирования техники.
17. Современные технологии отбора. Наследственные предпосылки.
18. Проблема наращивания мышечной массы в культивируемом виде спорта
19. Методика анализа причин поражения в соревновательной деятельности спортсменов-борцов:
 - психологических;
 - тактических;
 - технических;
 - функциональных;
 - физического развития.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины
на 2023/2024 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлены титульные листы рабочей программы и фонда оценочных средств.

2. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлена «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
Протокол № 9 от «3» мая 2023 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой профессор, д.п.н

Л.К. Сидоров

Одобрено НМСН

ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина

протокол № 9 от 17.05.2023 г.

Председатель совета

к.п.н., доцент

Н.Н. Казакевич

КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

(карта литературы)

«Повышение профессионального мастерства»

для студентов ООП

направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка, квалификация - бакалавр

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной и заочной форме обучения

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Количество экземпляров/ точек доступа
Обязательная литература		
Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогонов. - М.: Академия, 2009. - 256 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(2), АУЛ(9)	15
Завьялов А.И., Миндиашвили Д.Г. Спортивная тренировка (начало XXI века): монография / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2018. – 312 с.	ЭБС КГПУ http://elib.kspu.ru/document/30200	по паролю к сети kspu.ru
Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография / Н. Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. – 863с.	ЧЗ(1), АУЛ(19), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(7)	30
Основы медицинских знаний: учебное пособие / Р. И. Айзман [и др.]. - Новосибирск: Арта, 2011. - 224 с.	ФлЖ(5), ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(3), АУЛ(38)	50
Теория и методика физической культуры: учебник / ред. Ю. Ф. Курамшин. - Б.м.: Советский спорт, 2007. - 464 с.	ИМЦ ФФКиС(5), АУЛ(35)	40
Туманян, Г. С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Г. С. Туманян. - М.: Академия, 2006. - 592 с.	АУЛ(31), ИМЦ ФФКиС(15), АНЛ(3), ЧЗ(1)	50
Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / Ред. В. Я. Кикоть, И. С. Барчуков. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2007. - 431 с.	АУЛ(5), АНЛ(2), ИМЦ ФФКиС(2), ЧЗ(1)	10
Дополнительная литература		
Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения: учебник / Ю. Д. Железняк [и др.] ; ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов. - 7-е изд., стер.. - М.: Академия, 2012. - 520 с.	ЧЗ(1), ФлЖ(3), КБППД(1)	5
Лахов, В.И. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике: Учебно-методическое пособие / В.И. Лахов, В.И. Коваль, В.Л. Сечкин; Ред. В.И. Лахов. - М.:	ИМЦ ФФКиС(2), ЧЗ(1), АНЛ(4)	7

Советский спорт, 2004. - 512 с.		
Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.: Лань, 2005. - 384 с	ЧЗ(1), АНЛ(2), АУЛ(2)	5
Блеер, А. Н.. Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.	ЧЗ(1), СБО(1), ИМЦ ФФКиС(4)	6
Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И. С. Барчуков, А. А. Нестеров ; ред. Н. Н. Маликов. - 3-е изд., стер.. - М.: Академия, 2009. - 528 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(1)	5
Лавриченко К.С. Партер в вольной борьбе: учебное пособие для студентов спортивного вуза. – Красноярск: СибГАУ, 2010. 104 с.	http://elib.kspu.ru/document/5709	Индивидуальный неограниченный доступ
Чупрова Е.Д. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с.	http://elib.kspu.ru/document/5704	Индивидуальный неограниченный доступ
<i>Информационные справочные системы</i>		
Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: http://elibrary.ru .	http://elibrary.ru	Свободный доступ
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	https://dlib.eastview.com/	Индивидуальный неограниченный доступ
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза

Согласовано:

заместитель директора библиотеки _____



/ Шулипина С.В.

**Карта материально-технической базы дисциплины
«ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА»
для обучающихся образовательной программы
по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,
Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка,
квалификация - бакалавр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной и заочной форме обучения

Аудитория	Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-27	Микрофонный пульт-10шт., монитор-6шт., компьютер-2шт., телевизор-2шт., система видеоконференцсвязи-1шт., микрофон+модуль-1шт., телефон-1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-55	Компьютер – 3 шт., копировальный аппарат – 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-22	Методические материалы, научная, научно-методическая литература по русскому языку, компьютер- 1 шт., принтер-1шт Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660017, Красноярск, ул. Маркса, 100, 1-09 Зал общефизической подготовки	Скакалки - 30шт., фитболы -8шт., набивные мячи- 15шт., утяжелители - 15шт., турники, тренажеры 11шт., борцовский ковер - 1шт., гантели, штанга - 4шт., каремат -15шт., скамейка гимнастическая - 2шт., стенка гимнастическая -1шт., музыкальный центр - 1шт., боксерская груша, канат, гимнастический козел, шведская стенка-3шт
Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® Home 10 Russian OLP NL AcademicEdition Legalization GetGenuine (OEM лицензия, контракт № Tr000058029 от 27.11.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1B08-190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Гарант - (договор № КРС000772 от 21.09.2018) Консультант Плюс - (договор № 20087400211 от 30.06.2016). ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)