

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
Профессиональная деятельность тренера
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Л1 Теоретических основ физического воспитания**
Квалификация **Бакалавр**
49.03.01 Физическая культура. Спортивная тренировка (о, 2023).plx
Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура
Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 34
самостоятельная работа 37,85
контактная работа во время
промежуточной аттестации (ИКР) 0,15
Виды контроля в семестрах:
зачеты 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
	16 2/6			
Неделя				
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	18	18	18	18
Контактная работа (промежуточная аттестация) зачеты	0,15	0,15	0,15	0,15
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34,15	34,15	34,15	34,15
Сам. работа	37,85	37,85	37,85	37,85
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

кпн, Профессор, Савчук Александр Николаевич

Рабочая программа дисциплины

Профессиональная деятельность тренера

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы

Спортивная тренировка

Выпускающие кафедры:

Теоретических основ физического воспитания;

Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;

Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;

Педагогика

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Ж1 Теоретических основ физического воспитания

Протокол от 26.05.2023 г. № 9

Зав. кафедрой Сидоров Леонид Константинович

Председатель НМСС(С) Казакевич Н.Н.

18.05.2023 г. № 9

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель – сформировать у студентам глубокие и всесторонние теоретические знания в области спорта, научить реализовывать их на практике, на высоком профессиональном уровне использовать новейшие данные спортивной физиологии, психологии, педагогики.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.ОДП.04.02
2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Научно-исследовательская деятельность в физической культуре и спорте
2.1.2	Спортивная ориентация и отбор
2.1.3	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты
2.1.4	Теория и методика спортивной тренировки
2.1.5	Физиология физического воспитания
2.1.6	Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по общей физической подготовке / Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм / Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов
2.1.7	Теория и методика физического воспитания
2.1.8	Физиология человека
2.1.9	Организация киберспортивной деятельности
2.1.10	Философия
2.1.11	Психология и педагогика спорта
2.1.12	Современные технологии спортивной тренировки
2.1.13	Анатомия и биомеханика
2.1.14	Спортивные сооружения и экипировка
2.1.15	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Спортивная ориентация и отбор
2.2.2	Адаптивная физическая культура
2.2.3	Научно-исследовательская деятельность в физической культуре и спорте
2.2.4	Курсовые работы по модулю "Теория и методика обучения базовым видам спорта"

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-1.1: Выбирает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному

Знать:

Уровень 1	Знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на базовом уровне
Уровень 3	Знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на пороговом уровне

Уметь:

Уровень 1	Умеет находить источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет находить источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на базовом уровне
Уровень 3	Умеет находить источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на пороговом уровне

Владеть:

Уровень 1	Владеет поиском источников информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет поиском источников информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на базовом уровне
Уровень 3	Владеет поиском источников информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному на пороговом уровне

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	
УК-2.4: Аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта	
Знать:	
Уровень 1	Аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта на базовом уровне
Уровень 3	Аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на базовом уровне
Уровень 3	Умеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на базовом уровне
Уровень 3	Владеет аргументировано отбирать и реализовывает различные способы решения задач в рамках цели проекта на пороговом уровне
УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	
УК-3.1: Определяет свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели	
Знать:	
Уровень 1	Знает свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на базовом уровне
Уровень 3	Знает свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет определять свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет определять свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на базовом уровне
Уровень 3	Умеет определять свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет определением своей роли в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет определением своей роли в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на базовом уровне
Уровень 3	Владеет определением своей роли в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели на пороговом уровне
УК-3.2: Планирует последовательность шагов для достижения заданного результата	
Знать:	
Уровень 1	Знает планирование последовательность шагов для достижения заданного результата на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает планирование последовательность шагов для достижения заданного результата на базовом уровне
Уровень 3	Знает планирование последовательность шагов для достижения заданного результата на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет планировать последовательность шагов для достижения заданного результата на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет планировать последовательность шагов для достижения заданного результата на базовом уровне
Уровень 3	Умеет планировать последовательность шагов для достижения заданного результата на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет планированием последовательности шагов для достижения заданного результата на продвинутом уровне

	уровне
Уровень 2	Владеет планированием последовательности шагов для достижения заданного результата на базовом уровне
Уровень 3	Владеет планированием последовательности шагов для достижения заданного результата на пороговом уровне
УК-3.3: Осуществляет обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды .	
Знать:	
Уровень 1	Знает как осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает как осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на базовом уровне
Уровень 3	Знает как осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на базовом уровне
Уровень 3	Умеет осуществлять обмен информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет обменом информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет обменом информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на базовом уровне
Уровень 3	Владеет обменом информацией с другими членами команды, осуществляет презентацию результатов работы команды на пороговом уровне
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
УК-8.1: Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарногигиеническими нормами	
Знать:	
Уровень 1	Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно- гигиеническими нормами на продвинутом уровне
Уровень 2	Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно- гигиеническими нормами на базовом уровне
Уровень 3	Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно- гигиеническими нормами на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на базовом уровне
Уровень 3	Умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет условиями безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет условиями безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на базовом уровне
Уровень 3	Владеет условиями безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами на пороговом уровне

ПК-1: Способен планировать и осуществлять учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки	
ПК-1.1: Демонстрирует знания необходимые для осуществления планирования, учёта и анализа результатов тренировочной и соревновательной деятельности.	
Знать:	
Уровень 1	Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) на базовом уровне
Уровень 3	Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач на базовом уровне
Уровень 3	Умеет использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет практическими умениями и навыками в предметной области при решении профессиональных задач на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет практическими умениями и навыками в предметной области при решении профессиональных задач на базовом уровне
Уровень 3	Владеет практическими умениями и навыками в предметной области при решении профессиональных задач на пороговом уровне
ПК-1.2: Осуществляет подбор средств и методов совершенствования специальных физических качеств и повышения функциональных возможностей организма.	
Знать:	
Уровень 1	Знает содержания учебного материала и применяет его для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает содержания учебного материала и применяет его для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на базовом уровне
Уровень 3	Знает содержания учебного материала и применяет его для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет отбором учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на продвинутом уровне
Уровень 3	Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет отбором учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет отбором учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на базовом уровне
Уровень 3	Владеет отбором учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО на пороговом уровне

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Пр. подгот.	Примечание
	Раздел 1. Спорт как общественное явление							
1.1	Система спорта /Лек/	7	2	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
1.2	Спортивная подготовка /Лек/	7	2	ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
1.3	Психологическая подготовка спортсмена /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект

1.4	Специально-физическая подготовка спортсмена /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Устный опрос
1.5	техничко-тактическая подготовка спортсмена. Общая морально-волевая подготовка спортсмена /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Устный опрос
1.6	Виды спортивной подготовки /Ср/	7	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Устный опрос
1.7	Классификация видов спорта /Ср/	7	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Реферат
Раздел 2. Спортивная тренировка								
2.1	Цель, задачи и основные принципы спортивной тренировки Средства и методы спортивной тренировки /Лек/	7	2	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
2.2	Нагрузка и отдых как составные части спортивной тренировки /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
2.3	Структура тренировочного процесса /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
2.4	Средства спортивной тренировки /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Презентация
2.5	Методы тренировки /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Презентация
2.6	Отдых как составная часть тренировки /Пр/	7	2	ПК-1.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Устный опрос
2.7	Циклы спортивной тренировки /Пр/	7	2	ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Презентация
2.8	Спортивная тренировка как многолетний процесс /Ср/	7	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Устный опрос
2.9	Стадия базовой подготовки /Ср/	7	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Презентация
2.10	Стадия максимальной реализации спортивных возможностей /Ср/	7	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Реферат
2.11	Стадия спортивного долголетия /Ср/	7	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Анализ статей
2.12	Спортивная форма /Ср/	7	5,85		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Анализ статей
Раздел 3. Образовательные структуры системы спорта								
3.1	Детско-юношеская спортивная школа, спортивная школа олимпийского резерва. Школы-интернаты спортивного профиля, школа высшего спортивного мастерства /Лек/	7	2	ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
3.2	медико-биологический и психолого-педагогический контроль в тренировочном процессе /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Конспект
3.3	Общепринятые способы контроля /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Презентация
3.4	Оценка тренировочной и соревновательной деятельности по гемодинамике и ЭКГ (методика профессора А.И. Завьялова /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3		2	Реферат
3.5	Спортивные достижения и их развитие /Пр/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3			Анализ статей
3.6	Экзамен /КРЗ/	7	0,15	ПК-1.1 ПК-1.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3			Экзамен. Тестирование

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)
для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации**

5.1. Контрольные вопросы и задания

Входной контроль. Устный опрос

1. Что такое спорт в узком и широком смысле?
2. Что такое спортивная деятельность?

3. На какие группы видов спорта подразделяются спортивные упражнения?
4. В чем заключается социально-экономическая сущность спорта?
5. Почему спорт считается эталоном достижений?
6. Чем различаются любительский и профессиональный виды спорта?

Текущий контроль. Банк вопросов.

1. Что такое спорт в узком и широком смысле?
2. Что такое спортивная деятельность?
3. На какие группы видов спорта подразделяются спортивные упражнения?
4. В чем заключается социально-экономическая сущность спорта?
5. Почему спорт считается эталоном достижений?
6. Чем различаются любительский и профессиональный виды спорта?
7. Что из себя представляют виды подготовки? Назовите их.
8. В чем сложность психологической подготовки?
9. Почему физическая подготовка является базовой?
10. Как формировать волевые качества?
11. Что такое педагогические ситуации? Назовите их виды.
12. В чем суть тактики проведения соревнования, поединка?
13. Что такое «одиночное движение»?
14. Специальная выносливость, что для нее характерно?
15. Что такое «быстрая сила»?
16. Почему выносливость считают интегративным качеством?
17. Что такое «абсолют силы»?
18. На каких принципах строится спортивная тренировка?
19. Почему тренировка является основной частью спортивной подготовки?
20. Что относится к средствам спортивной тренировки?
21. Классификация соревновательных упражнений.
22. На что направлены общеподготовительные упражнения?
23. Назовите методы частично регламентированного упражнения.
24. Перечислите методы развития двигательных способностей.
25. Что из себя представляют общепедагогические принципы?
26. Что означает понятие «углубленная» специализация?
27. В чем значение непрерывности тренировочного процесса?
28. Что значит волнообразность динамики нагрузок?
29. Каковы составляющие нагрузки?
30. Что служит средством оптимизации нагрузок?
31. Что характерно для фармакологических средств?
33. Назовите виды традиционного восстановления.

5.2. Темы письменных работ

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Спорт как общественное явление.
2. Функции спорта.
3. Основные разделы подготовки спортсмена.
4. Двигательные способности спортсмена.
5. Спортивная тренировка.
6. Средства и методы спортивной тренировки.
7. Структура подготовки спортсмена (циклы).
8. Восстановление как часть спортивной подготовки.
9. Виды соревновательной деятельности.
10. Образовательные структуры в системе спорта.

5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)

Промежуточная аттестация

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. Характеристика спорта как системы.
2. Виды спорта (любительский, профессиональный и т. д.).
3. Спорт как общественное явление.
4. Эталонные функции спорта.
5. Спортивная подготовка, основные разделы подготовки.
6. Физическая подготовка спортсмена (двигательные способности).
7. Техническая и тактическая подготовка.
8. Психологическая подготовка.
9. Морально-волевая подготовка.
10. Измерение видов подготовки спортсмена.
11. Спортивная тренировка как часть спортивной подготовки.
12. Структура спортивной подготовки. Многолетний процесс, стадии подготовки.
13. Физическая нагрузка, ее компоненты.
14. Средства спортивной тренировки.
15. Методическое обеспечение тренировочного процесса.

16. Восстановление после мышечных нагрузок, виды восстановления.
 17. Соревновательная деятельность как раздел спортивной подготовки. Виды деятельности.
 18. Образовательные структуры в системе спорта, цели и задачи их деятельности.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Адрес
Л1.1	Дисько Е. Н., Якуш Е. М.	Основы теории и методики спортивной тренировки: учебное пособие	Минск: РИПО, 2018	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497462
Л1.2	Григорьева И. В., Волкова Е. Г., Водолазов Ю. С.	Физическая культура. Основы спортивной тренировки: учебное пособие	Воронеж: Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142220
Л1.3	Жуков Р. С.	Основы спортивной тренировки: учебное пособие	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415

6.3.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20A/2015 от 05.10.2015);
2. Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1B08-190415-050007-883-951;
3. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL);
4. Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия);
5. Google Chrome – (Свободная лицензия);
6. Mozilla Firefox – (Свободная лицензия);
7. LibreOffice – (Свободная лицензия GPL);
8. XnView – (Свободная лицензия);
9. Java – (Свободная лицензия);
10. VLC – (Свободная лицензия);

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru> Режим доступа: Свободный доступ;
 Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
 Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
 Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
 ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
 Консультант Плюс /Электронный ресурс/: справочно – правовая система. Адрес: Научная библиотека Режим доступа: Локальная сеть вуза;

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:

1. 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
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Методические рекомендации по написанию рефератов

Реферат — письменная работа объемом 10-18 печатных страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (от одной недели до месяца).

Реферат (от лат. referre — докладывать, сообщать) — краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу.

Реферат отвечает на вопрос — что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат — не механический

пересказ работы, а изложение ее существа.

В настоящее время, помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. Тему реферата может предложить преподаватель или сам студент, в последнем случае она должна быть согласована с преподавателем.

В реферате нужны развернутые аргументы, рассуждения сравнения. Материал подается не столько в развитии, сколько в форме констатации или описания.

Содержание реферируемого произведения излагается объективно от имени автора. Если в первичном документе главная мысль сформулирована недостаточно четко, в реферате она должна быть конкретизирована и выделена.

Структура реферата

1. Титульный лист.

2. После титульного листа на отдельной странице следует оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.

3. После оглавления следует введение. Объем введения составляет 1,5-2 страницы.

4. Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов) и предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники. В том случае если цитируется или используется чья-либо неординарная мысль, идея, вывод, приводится какой-либо цифрой материал, таблицу - обязательно сделайте ссылку на того автора у кого вы взяли данный материал.

5. Заключение содержит главные выводы, и итоги из текста основной части, в нем отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.

6. Приложение может включать графики, таблицы, расчеты.

7. Библиография (список литературы) здесь указывается реально использованная для написания реферата литература. Список составляется согласно правилам библиографического описания.

Этапы работы над рефератом.

Работу над рефератом можно условно подразделить на три этапа:

1 Подготовительный этап, включающий изучение предмета исследования;

2 Изложение результатов изучения в виде связного текста;

3 Устное сообщение по теме реферата.

1. Подготовительный этап работы.

Формулировка темы. Подготовительная работа над рефератом начинается с формулировки темы. Тема в концентрированном виде выражает содержание будущего текста, фиксируя как предмет исследования, так и его ожидаемый результат. Для того чтобы работа над рефератом была успешной, необходимо, чтобы тема заключала в себе проблему, скрытый вопрос (даже если наука уже давно дала ответ на этот вопрос, студент, только знакомящийся с соответствующей областью знаний, будет вынужден искать ответ заново, что даст толчок к развитию проблемного, исследовательского мышления).

Поиск источников. Грамотно сформулированная тема зафиксировала предмет изучения; задача студента — найти информацию, относящуюся к данному предмету и разрешить поставленную проблему. Выполнение этой задачи начинается с поиска источников. На этом этапе необходимо вспомнить, как работать с энциклопедиями и энциклопедическими словарями (обращать особое внимание на список литературы, приведенный в конце тематической статьи); как работать с систематическими и алфавитными каталогами библиотек; как оформлять список литературы (выписывая выходные данные книги и отмечая библиотечный шифр).

Работу с источниками. Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения. В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание на предметные и именные указатели.

Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработки» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет. Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер и уловить скрытые вопросы.

Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции — это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Создание конспектов для написания реферата.

Подготовительный этап работы завершается созданием конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы).

По завершении предварительного этапа можно переходить непосредственно к созданию текста реферата.

2. Создание текста.

Общие требования к тексту.

Текст реферата должен подчиняться определенным требованиям: он должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью.

Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути

решения содержащейся в теме проблемы; связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов, а цельность - смысловую законченность текста.

С точки зрения связности все тексты делятся на тексты-констатации и тексты-рассуждения. Тексты-констатации содержат результаты ознакомления с предметом и фиксируют устойчивые и несомненные суждения. В текстах-рассуждениях одни мысли извлекаются из других, некоторые ставятся под сомнение, дается им оценка, выдвигаются различные предположения.

План реферата.

Универсальный план реферата - введение, основной текст и заключение.

Требования к введению.

Во введении аргументируется актуальность исследования, - т.е. выявляется практическое и теоретическое значение данного исследования. Далее констатируется, что сделано в данной области предшественниками; перечисляются положения, которые должны быть обоснованы. Введение может также содержать обзор источников или экспериментальных данных, уточнение исходных понятий и терминов, сведения о методах исследования. Во введении обязательно формулируются цель и задачи реферата. Объем введения в среднем около 10% от общего объема реферата

Основная часть реферата.

Основная часть реферата раскрывает содержание темы. Она наиболее значительна по объему, наиболее значима и ответственна. В ней обосновываются основные тезисы реферата, приводятся развернутые аргументы, предполагаются гипотезы, касающиеся существа обсуждаемого вопроса. Важно проследить, чтобы основная часть не имела форму монолога.

Аргументируя собственную позицию, можно и должно анализировать и оценивать позиций различных исследователей, с чем-то соглашаться, чему-то возражать, кого-то опровергать. Текст основной части делится на главы, параграфы, пункты.

План основной части может быть составлен с использованием различных методов группировки материала: классификации (эмпирические исследования), типологии: (теоретические исследования), периодизации (исторические исследования).

Заключение.

Заключение — последняя часть научного текста. В ней краткой и сжатой форме излагаются полученные результаты, представляющие собой ответ на главный вопрос исследования. Здесь же могут намечаться и дальнейшие перспективы, развития темы. Небольшое по объему сообщение также не может обойтись без заключительной части пусть это будут две- три фразы. Но в них должен подводиться итог проделанной работы.