



УМО

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
В Г. ТАГАНРОГЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ПИ (филиал) ДГТУ в г. Таганроге**



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ПИ (филиала)  
ДГТУ в г. Таганроге

А.К. Исаев  
2019 г

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Модуля 3 Общая и специальная физическая подготовка, их роль и назначение  
в избранном виде спорта  
дополнительной профессиональной программы профессиональной  
переподготовки «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и  
руководство соревновательной деятельностью спортсменов  
в избранном виде спорта»**

Объем образовательной программы учебного модуля 24 часа

Из них:

Лекции –	<u>4</u>	час.
Лабораторные занятия –	<u>–</u>	час.
Практические занятия –	<u>6</u>	час.
Стажировка	<u>6</u>	час.
Контрольные работы -	<u>–</u>	час.
Самостоятельная работа	<u>8</u>	час.
Консультации	<u>–</u>	час.
Промежуточная аттестация –	<u>–</u>	час.

### ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Зачет

Таганрог  
2019 г

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ  
ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ИХ РОЛЬ И  
НАЗНАЧЕНИЕ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ

# 1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ИХ РОЛЬ И НАЗНАЧЕНИЕ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебный модуль «Общая и специальная физическая подготовка, их роль и назначение в избранном виде спорта» является частью дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта»

## 1.2 Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебного модуля слушатели осваиваются умения и знания:

Умения	Знания
<p>использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности спортсменов;</p> <p>-подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий избранным видом спорта с учетом их целей и задач, возрастных индивидуальных особенностей спортсменов;</p> <p>-использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;</p> <p>-применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;</p> <p>-устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;</p> <p>-проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;</p> <p>-оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;</p> <p>-использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</p> <p>-осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении</p>	<p>историю избранного вида спорта, технику двигательных действий в избранном виде спорта;</p> <p>-основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;</p> <p>-сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта спортсменов;</p> <p>-теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;</p> <p>-методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;</p> <p>-организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>-теоретические основы и особенности физической, технической, тактической психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>-систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной принадлежности;</p> <p>-мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование сознательной нацеленности и мотивации спортсмена;</p> <p>- способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;</p> <p>-методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и</p>

<p>массовых соревнований.</p> <p>-</p>	<p>соревнованиях по избранному виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;</li> <li>- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятия избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;</li> <li>- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта;</li> <li>- способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта.</li> </ul>
--	--

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>24</b>
<i>Во взаимодействии с преподавателем:</i>	
в том числе:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	6
стажировка	6
промежуточная аттестация	зачет
<i>Самостоятельная работа и консультации обучающихся</i>	8

## 2.2 Тематический план и содержание учебного модуля

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
Тема 1 Роль и место физической подготовки	<b>Содержание учебного материала</b> Определение и характеристика целей и задач, средств спортивной подготовки в избранном виде спорта	2
	<b>Практические занятия</b>	2
	<b>Стажировка:</b> отработка темы на рабочем месте	2
	<b>Самостоятельная работа</b> Проработка учебной и специальной литературы	2
Тема 2. Особенности физической подготовленности в избранном виде спорта и воспитание физических качеств	Практические занятия	2
	<b>Стажировка:</b> отработка темы на рабочем месте	4
	<b>Самостоятельная работа</b> Проработка учебной и специальной литературы	4
Тема 3. Направленность и содержание физической подготовки в избранном виде спорта в процессе многолетней тренировки	<b>Содержание учебного материала</b> Понятие многолетней тренировки, содержание физической подготовки, цели физической подготовки в избранном виде спорта в процессе многолетней тренировки	2
	<b>Практические занятия</b>	2
	<b>Стажировка:</b> отработка темы на рабочем месте	2
	<b>Содержание самостоятельной работы</b> Проработка учебной и специальной литературы	2
	<b>ВСЕГО</b>	<b>24</b>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ

#### 3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебного модуля требуются:

- спортивный зал (спортивной базы) по избранному виду спорта оснащенного современным спортивным оборудованием и спортивным инвентарем для проведения занятий;
- кабинетов теории и методики избранного вида спорта, педагогики и психологии, оборудованных посадочными местами по количеству обучающихся и для преподавателя, комплектом учебно-методической документации, наглядными пособиями, техническими средствами;
- лаборатории физической и функциональной диагностики, оснащенной современным диагностическим оборудованием;
- компьютеров, принтеров, сканеров, выход в сеть Internet, проектора, интерактивной доски, программного обеспечения общего и профессионального назначения, комплекта учебно-методической литературы и документации.

Перечень оборудования не является окончательным и может изменяться в соответствии с особенностями учебного заведения. Например, возможно дополнительное оснащение принтером или иным техническим средством.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

##### Карта методического обеспечения модуля

№	Автор	Название	Издательство	Гриф издания	Год издания	Кол-во в библиотеке	Наличие на электронных носителях
1	2	3	4	5	6	7	8
3.2.1 Основная литература							
3.2.1.1	Васильков А.А.	Теория и методика спорта	ООО «Феникс»		2010	1	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.1.2	Иссурин В.Б.	Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография	М.: Советский спорт,		2010	2	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.1.3	Барчуков И.С.	Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/	М.: Издательский центр «Академия»		2008	2	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.1.4	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты (текст), учебник для вузов физической культуры	5 –е издание .Советский спорт,2010		2010	1	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.2 Дополнительная литература							
3.2.2.1	Губа В.П.	Резервные возможности спортсменов:	М: Физическая культура		2008	3	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».

		монография					
3.2.2.2	Ростовцев В.Л.	Современные технологии спортивных достижений.	М.: «ВНИИФК»		20 07	3	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.2.3	Корлев Г.И.	Современные принципы системы подготовки в спорте. Очерки по теории и методологии современной системы спортивной подготовки.	М.-Мир атлетов		20 06	4	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.2.4	Платонов В.Н.	Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте.	М: Советский спорт,		20 05	2	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.2.5	Г.С. Туманян.	Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера	М.: Советский спорт		20 06	4	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
<b>3.2.3 Периодические издания</b>							
3.2.3.1	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.	Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. Высших учебных заведений.	М.:Издательский центр «Академия»		20 03	2	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.3.2		Спортивно-оздоровительные сооружения и их оборудование/ Учебное пособие.	М.: СпортАкадем Пресс,		20 10	4	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.3.3	Курамшин Ю.Ф.	Диагностика и прогнозирование способностей при спортивной ориентации и отборе.	СПБ.:издательство СПбГУФК им.Лесгафта		20 06	3	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.3.4		Учебные пособия по избранному виду спорта.	«Университетская библиотека online».			10	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
<b>3.2.4 Практические (семинарские), лабораторные занятия, практика</b>							
3.2.4.1	А.М. Максименко	Педагогическая практика студента по физическому воспитанию в школе	М.: Физическая культура		20 08	3	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская библиотека online».
3.2.4.2	В.А. Кашкаров, И.П. Кравцевич	Педагогическое физкультурно-	М.: Издательский		20 05	4	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a> «Университетская

		спортивное совершенствование	центр «Академия»				библиотека online».
3.2.5 Курсовая работа (проект)							
3.2.5.1							
3.2..6 Контрольные работы							
3.2.6.1							
3.2.7 Программно-информационное обеспечение, Интернет-ресурсы							
3.2.7.1		<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	ООО «НексМедия»	«Университетская библиотека online»		более 24 000 изданий	
3.2.7.2		<a href="http://www.mon.gov.ru/">http://www.mon.gov.ru/</a>	сайт Министерства образования и науки Российской Федерации; /Раздел Документы/				+

#### 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1 Определять цель и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.	- точное определение цели и задач - качественное планирование учебно-тренировочного занятия - логическая последовательность в решении задач	Текущий контроль в форме: - защиты лабораторных и практических занятий;
ПК 1.2 Проводить учебно-тренировочные занятия.	- качественное проведение учебно-тренировочного занятия - использование специальных средств и методов при проведении учебно-тренировочных занятий	- контрольных работ по темам МДК; - сдача нормативов по ОФП и СФП; - результаты соревновательной
ПК 1.3 Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.	- использование систем, форм, методических подходов, способов и средств ведения соревновательной деятельности	деятельности учащихся на всероссийских и международных соревнованиях.
ПК 1.4 Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	- качественное осуществление педагогического контроля - контроль за процессом и результатом деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях - соответствие используемых методик и процедур этапам подготовки спортсмена - обработка, анализ и интерпретация данных полученных в ходе контроля	Зачеты по производственной практике и по каждому из разделов профессионального модуля. Ведение дневника по



ПК 1.5 Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Качественное проведение анализа учебно-тренировочного занятия</li> <li>- анализ управленческих решений в ходе проведения соревновательной деятельности</li> </ul>	<p>виду деятельности, в котором описывается свой личный опыт обучения.</p> <p>Экзамен</p>
ПК 1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.	- применение методик спортивного отбора на различных этапах многолетней подготовки спортсменов	квалификационный по профессиональному модулю
ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильный подбор и подготовка к занятиям и соревнованиям, спортивного оборудования и инвентаря</li> <li>- знание основ техники безопасности</li> </ul>	( может предусматривать собеседование, демонстрацию освоения умений и навыков деятельности по специальности, индивидуальные и групповые проекты)
ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильное оформление плановой документации</li> <li>- ведение текущей документации</li> <li>- оформление аналитических материалов</li> <li>- анализ, обработка официальных статистических документов, протоколов соревнований</li> </ul>	( формы и методы контроля и оценивания разрабатываются учебным заведением самостоятельно.)