

## Аннотация рабочей программы дисциплины ФТД.01 Технология фитнес-тренировки

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия с применением фитнес-технологий с людьми разного возраста.

#### **Задачи дисциплины:**

- формировать у обучающихся знания о научно-теоретических основах проектирования с фитнес-программ;
- формировать профессионально-педагогические навыки проведения фитнес-тренировок с различным контингентом под музыкальное сопровождение;
- развивать организаторские и обогащать профессиональные знания, умения и навыки, необходимые для успешной профессиональной деятельности с занимающимися разного возраста.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина ФТД.01 «Технология фитнес-тренировки» относится к факультативным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, во 2 и 3 триместрах.

Для изучения дисциплины требуется: наличие у студента компетенций, сформированных в процессе изучения дисциплин медико-биологического и психолого-педагогического блоков.

Изучению дисциплины ФТД.01 «Технология фитнес-тренировки» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта  
Освоение дисциплины ФТД.01 «Технология фитнес-тренировки» является

необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

ФТД.02 Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок

К.М.03.ДВ.01.02 Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности.

### 6. Содержание дисциплины

#### **Раздел 1. История возникновения и развития фитнеса**

Аэробика как одна из форм оздоровительной физической культуры. История возникновения и развития аэробики. Современные направления оздоровительной аэробики. Оздоровительные системы Востока Оздоровительные системы в Европе в XIX–XX вв. Оздоровительная физическая культура в Америке. Оздоровительный эффект аэробных упражнений

#### **Раздел 2. Структура фитнес тренировок**

Построение занятий в фитнес-аэробике. Структура занятий фитнес-аэробикой. Подготовительная часть (разминка). Основная часть. Силовая часть (калистеника). Заключительная часть. Формы обучения и проведения занятий фитнес-аэробики. Методы создания соединений и комбинаций. Основные базовые элементы. Основные движения и терминология базовой фитнес-аэробики. Термины движений рук. Указания и команды, используемые в фитнес-аэробике.

### Раздел 3. Конструирование фитнес тренировок

Подбор адекватных методов и средств тренировки. Классические методы. Поточный метод (непрерывный). Серийно-поточный метод (с минимальными перерывами между упражнениями). Интервальный метод и метод круговой тренировки. Специфические методы. Линейный метод. Метод «от головы к хвосту». Метод деления. Метод музыкальной интерпретации. Метод усложнения. Метод сходства. Метод блоков. Метод «Калифорнийский стиль».

### Раздел 4. Методические особенности проведения занятий

Структура занятий по фитнес-аэробике и методические особенности проведения с различным контингентом занимающихся. Структура занятий по фитнес-аэробике. Подготовительная часть. Основная часть. Аэробная часть. Силовая часть. Заключительная часть. Особенности занятий с отягощениями, правила использования силовых упражнений. Технология построения детской оздоровительной тренировки. Морфофункциональные и психологические особенности развития организма. Особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями. Подбор адекватных методов и средств тренировки.

### 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-2. Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</b>	
ОПК-2.1. Знает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при планировании и разработке программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	знать: – нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при планировании и разработке фитнес программ; уметь: – отбирать средства, методы и приемы видов спорта при планировании и разработке фитнес программ владеть: - опытом реализации фитнес программ.
ОПК-2.2. Учитывает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при организации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	знать: – нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при организации фитнес программ; уметь: – учитывать нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при реализации фитнес программ; владеть: – фитнес-технологиями.

<p>ОПК-2.3. Разрабатывает и реализует программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>	<p>знать: - программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; уметь: - использовать средства, методы и приемы видов спорта; владеть: - опытом реализации фитнес программ различной направленности.</p>
<p><b>ПК-2 Способен реализовывать научно-методический подход в решении задач подготовки спортсменов</b></p>	
<p>ПК-2.1 Проводит анализ проблем по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p>	<p>знать: – особенности организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности; – методику совершенствования тренировочного процесса и соревновательной деятельности; уметь: – использовать возможности фитнес-технологий в совершенствовании тренировочного процесса и соревновательной деятельности; владеть: – приемами совершенствования тренировочного процесса и соревновательной деятельности средствами фитнес технологий</p>
<p>ПК-2.2 Разрабатывает методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта</p>	<p>знать: – возможности методических и учебных материалов в повышении качества спортивной подготовки занимающихся; – особенности разработки методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся; уметь: – разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения в практику спортивной подготовки занимающихся; владеть: – технологией разработки методических и учебных материалов для внедрения в практику спортивной подготовки занимающихся.</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

## 9. Разработчики

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и и здоровьесберегающих технологий, канд. пед. наук, доцент Паршина Н.А.

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Четайкина О.В.

## Аннотация рабочей программы дисциплины ФТД.02 Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – формирование у магистрантов представлений и навыков использования современных методов медико-биологического сопровождения фитнес-тренировок.

#### **Задачи дисциплины:**

– установление и опора на межпредметные связи при решении научных и практических задач медико-биологического сопровождения фитнес-тренировок;

– формирование системы современных знаний и умений, критического анализа при решении практических и научных проблем медико-биологического сопровождения фитнес-тренировок;

– овладение методами получения современного системного научного знания при решении проблем медико-биологического сопровождения фитнес-тренировок.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина ФТД.02 «Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок» относится к факультативным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, во 2 и 3 триместрах.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Изучению дисциплины ФТД.02 «Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 История и методология науки;

К.М.01.03 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта.

К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности.

Освоение дисциплины ФТД.02 «Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.06 Спортивная генетика

### 6. Содержание дисциплины

**Раздел 1. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности:**

Изменения состояния организма при разминке. Вработывание. Состояние физиологических функций при работе. Виды утомления. Классификация проявлений утомлений. Локализация и механизмы утомления. Восстановление физиологических функций после прекращения спортивных упражнений.

**Раздел 2. Медико-биологические технологии повышения спортивной работоспособности:**

Характеристика зон мощности при нагрузке. Физиологические показатели мышечной деятельности. Восстановление при построении тренировочного микроцикла. Восстановительный микроцикл. Фармакологические препараты для восстановления и повышения работоспособности.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-5. Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</b>	
ОПК-5.1. Применяет принципы контроля и оценки, специальные технологии и методы, в том числе с использованием ИКТ, в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает проблемы науки и физкультурного образования на современном этапе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимает актуальность знания научных проблем в области физической культуры и спорта для современного общества.;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет выделять актуальные научные проблемы в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
ОПК-5.2. Использует инструментарий и методы оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации об эффективности физкультурно-спортивной деятельности	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает основные направления стратегии действий при решении проблемных ситуаций в области естественнонаучных проблем физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- успешно анализирует необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способен отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации в области физической культуры и спорта..</li> </ul>
ОПК-5.3. Владеет методами мониторинга и анализа собранной информации об эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает о различных вариантах решения проблемной ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимает возможность эффективного решения научных и практических проблем в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта на основе системного подхода;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способен оценить эффективность решения проблемы в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта на основе системного подхода.</li> </ul>
<b>ПК-2 Способен реализовывать научно-методический подход в решении задач подготовки спортсменов</b>	
ПК-2.1 Проводит анализ проблем по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять проблемные направления развития науки в</li> </ul>

	<p>области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</p> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
<p>ПК-2.2 Разрабатывает методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления исследований в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать смежные области научного знания при проведении научно-исследовательской деятельности в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.</li> </ul>
<p>ПК-2.3 Осуществляет руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать особенности развития современного научного знания в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способами организации и оптимизации познавательной и исследовательской деятельности в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.</li> </ul>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 з.е., 36 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатъева Л.Е.

## Аннотация рабочей программы дисциплины К.М.01.01 История и методология науки

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – становление базовой общенаучной компетенции магистра для решения образовательных и исследовательских задач, ориентированных на научно-исследовательскую и практическую деятельность в области физической культуры и спорта; формирование мировоззренческо-научной компетенции в образовательной деятельности в системе профессионального образования.

#### **Задачи дисциплины:**

- установление и опора исследований в области физической культуры и спорта на межпредметные связи;
- овладение методами получения современного научного знания;
- активизация самостоятельной деятельности, включение в исследовательскую работу;
- формирование общенаучного мировоззрения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.01.01 История и методология науки относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 и 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.01.01 История и методология науки предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта.

Освоение дисциплины К.М.01.01 История и методология науки является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.03 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта;

К.М.03.05 Научно-методическая работа в спортивных организациях;

К.М.01.07 (У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)).

К.М.03.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

### 6. Содержание дисциплины

#### **Раздел 1. История развития науки.**

Генезис науки. Научное познание и его формы. Средства научного познания. Формы научного познания. Научное исследование. Методы научного познания. Логика процесса научного исследования. Выбор темы исследования. Определение объекта и предмета исследования. Определение цели и задач исследования. Выдвижение рабочей гипотезы. Методология и методика исследования.

#### **Раздел 2. Методология научного познания.**

Особенности современного этапа развития науки. Проблемы метода и методологии в научном познании. Метод и методология как научные проблемы. Классификация методов. Уровни и методы научного познания. Специфика социально-гуманитарного познания. Особенности социально-гуманитарного научного знания. Гуманитарное знание как проблема.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</b>	
УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения	знать: - проблемы науки и образования на современном этапе; - основные понятия и проблемы методологии современного физкультурного образования; уметь: - анализировать актуальность знания научных проблем для современного общества; - осуществлять самостоятельный научный поиск; анализировать особенности развития современного научного знания в области физической культуры и спорта; владеть: - навыками дифференциации актуальных научных проблем.
УК-1.2. Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации	знать: - основные направления стратегии действий при решении проблемных ситуаций; уметь: - анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода; владеть: - способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации; - способами критического анализа научной информации; способами организации и оптимизации познавательной и исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта.
УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски	знать: - различные варианты решения проблемной ситуации; уметь: - анализировать возможность эффективного решения проблемы на основе системного подхода; владеть: - способностью оценивать эффективность решения проблемы с помощью системного подхода.
УК-1.4. Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки стратегии действий по решению проблемной ситуации	знать: - методы получения современного научного знания в области физической культуры и спорта; - способы решения проблемной ситуации; уметь: - выделять проблемные направления развития науки и образования; определять сферу собственных научных интересов; - выбирать необходимые методики научного исследования в области физической культуры и спорта; - грамотно, логично и аргументированно формулировать собственные суждения и мысли при решении

	<p>проблемных ситуаций;          владеть:          - методами получения знания в области современного образования; навыками развития своего научного потенциала;          - собственными суждениями и оценками стратегии действий по решению проблемной ситуации.</p>
<p>УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации</p>	<p>знать:          - различные варианты последствий при решении проблемных ситуаций;          уметь:          - определять практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации;          владеть:          - способностью оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации.</p>

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – повысить уровень профессиональной и гуманитарной подготовки магистрантов на основе их ознакомления с философскими и социальными проблемами физической культуры и спорта, формирования у них правильного понимания содержания этих проблем, их роли и значения.

*Задачи дисциплины:*

- сформировать у магистрантов правильное общее и целостное представление о характере, содержании, особенностях и значении социально-философских проблем физической культуры и спорта;
- привлечь их внимание к наиболее важным и актуальным (с учетом характера профессиональной ориентации магистрантов) из этих проблем, ознакомить с современными подходами к их решению;
- ознакомить с теми научными дисциплинами, которые занимаются разработкой социально-философских проблем физической культуры и спорта;
- научить магистрантов применять полученные знания для осмысления социокультурных явлений и процессов в сфере физической культуры и спорта, а также для решения тех социально-философских проблем, которые связаны с собственной темой научных исследований в области физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 и 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: приобретенные на уровне бакалавриата, при изучении дисциплин «Философия», «Культурология», «Педагогика», «Психология».

Освоение дисциплины К.М.01.02 «Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.01. История и методология науки.

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Логико-методологические проблемы научного познания физической культуры и спорта.**

Сфера физической культурой и спорта как специфический объект научного познания. Комплексный и разнородный характер данного объекта, сложное переплетение биологических и социальных явлений в его основе. Влияние особенностей объекта познания наук о физической культуре и спорте на структуру, развитие и методы научного исследования этих явлений.

Основные тенденции развития научного познания физической культуры и спорта. Развитие познания «вширь» и «вглубь», дифференциации и интеграции научных знаний в этой сфере. Проблема определения предмета и взаимоотношения различных наук о физической культуре и спорте.

Основные направления и формы интеграции научных знаний о физической культуре и спорте. Типы (виды) комплексных, интегративных теорий, возникающих в ходе данного

процесса. Проблема определения их предмета и взаимоотношения с частными теориями. Роль философской теории в процессе интеграции наук о физической культуре и спорте.

Логико-методологические принципы введения, оценки и унификации понятий в науках о физической культуре и спорте.

Эмпирический и теоретический уровни научного познания физической культуры и спорта.

Методы научного познания физической культуры и спорта, их классификация.

Возрастание в современных условиях требований к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке специалистов в области физической культуры и спорта. Содержание и специфика социально-философских (гносеологических, логико-методологических, социологических, культурологических, эстетических и этических и др.) проблем физической культуры и спорта. Повышение значимости этих проблем в современных условиях, актуальности для специалистов в области физической культуры и спорта.

Ограниченность обыденных и интуитивных представлений о социально-философских проблемах физической культуры и спорта и путях их решения. Необходимость научной разработки этих проблем. Особенности разработки этих проблем в различных науках.

## **Раздел 2. Общая характеристика социально-философских проблем физической культуры и спорта.**

Формирование наук (философии физической культуры и спорта, социологии физической культуры и спорта, культурологии физической культуры и спорта, этики спорта, эстетики спорта, политологии спорта и др.), делающих социально-философские проблемы физической культуры и спорта предметом специального исследования. Характеристика этих наук, их роли и места в системе научных основ деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.

Понятие культуры. Концепция гуманизма. Понятие физической (соматической) культуры, ее основные показатели, структура, функции и взаимоотношение с другими элементами культуры. Модели физической культуры.

Понятие физкультурной деятельности, трудности и ошибки в определении ее специфики. Физкультурная деятельность как разновидность двигательной активности человека, ее формы и место в системе социокультурных явлений. Физкультурное воспитание.

Понятие спорта. Соперничество (соревнование), его позитивное и негативное влияние на личность и социальные отношения. Спорт и система связанных с ним понятий (разновидности спорта, спортивная культура, спортивное воспитание и др.).

Понятие «физкультурно-спортивная активность», его теоретическое содержание и эмпирические индикаторы. Социальные барьеры на пути повышения физкультурно-спортивной активности населения и пути их преодоления.

Социальная роль и социальные функции спорта. Социальное значение спорта высших достижений. Гуманистический потенциал спорта. Эстетическое содержание спортивной деятельности, его роль и значение. Спорт и искусство: сходство и различие. Нравственный потенциал спорта. Гуманистическая ценность спорта. Антигуманные, дисфункциональные проявления в спорте. Факторы, определяющие социальное содержание, социальные функции и гуманистическую ценность спорта для личности и общества.

Социально-философские проблемы олимпийского движения. Современные интерпретации олимпизма. Особенности олимпизма как философской концепции. Проблема «новой философии» современного олимпийского движения.

Проблема взаимосвязи спорта и олимпийского движения с политикой. Различные подходы к решению данной проблемы. Роль спорта в системе международных отношений. Спорт и культура мира. Государство и спорт. Государственная политика России и других стран в области физического воспитания и спорта. Политическая и спортивно-политическая культура, ее значение для спортсменов и специалистов в области физической культуры и спорта.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</b>	
УК-1.1 Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, определяет этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов.	знать: - проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, этапные разрешения с учетом вариативных контекстов; уметь: - грамотно, логично, аргументированно формулировать собственные суждения и оценки; - предлагать стратегию действий; - находить, критически анализировать и отбирать информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации; - определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации; - находить, критически анализировать и отбирать информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации; владеть: - различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риск.
УК-1.2 Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации.	знать: - проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, этапные разрешения с учетом вариативных контекстов; уметь: - различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риск; - грамотно, логично, аргументированно формулировать собственные суждения и оценки; - предлагать стратегию действий; - определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации; владеть: - различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски.
УК-1.3 Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски.	знать: - проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, этапные разрешения с учетом вариативных контекстов; уметь: - определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации; - анализировать и отбирать информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- предлагать стратегию действий;</li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски.</li> </ul> </li> </ul>
<p>УК-1.4 Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки. Предлагает стратегию действий.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, этапные разрешения с учетом вариативных контекстов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно, логично, аргументированно формулировать собственные суждения и оценки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски.</li> </ul>
<p>УК-1.5 Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными вариантами решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски.</li> </ul>
<p><b>УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b></p>	
<p>УК-5.1 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками уважительного отношения к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов в зависимости от среды взаимодействия и задач образования.</li> </ul>

<p>УК-5.2 Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов в зависимости от среды взаимодействия и задач образования.</p>	<p>знать: - необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ; уметь: - навыками уважительного отношения к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов в зависимости от среды взаимодействия и задач образования; владеть: - навыками уважительного отношения к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов в зависимости от среды взаимодействия и задач образования.</p>
<p>УК-5.3 Умеет толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции.</p>	<p>знать: - необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ; уметь: - толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции; владеть: - навыками уважительного отношения к историческому наследию и социокультурным традициям различных народов в зависимости от среды взаимодействия и задач образования.</p>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Кокурин А.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – сформировать у обучающихся навыки научного мышления, передать знания о методах ведения и способах оформления результатов научных исследований.

*Задачи дисциплины:*

- ознакомить обучающихся с современными технологиями научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- сформировать у обучающихся теоретические знания и практические навыки по организации и проведению комплексных научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- овладение методологией эмпирического и теоретического типов научного мышления;
- освоение методики проведения научного исследования, в частности, в области физической культуры и спорта;
- практическая реализация знаний посредством выполнения и оформления результатов научно-исследовательской работы по проблемам теории и методологии в области физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 и 3 триместрах.

Для изучения дисциплины требуются знания, умения, навыки способов деятельности и установки, полученные и сформированные в ходе изучения дисциплин «Теория и методика физической культуры и спорта», «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте», освоенных магистрантами в период их обучения на бакалавриате.

Изучению дисциплины К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.01.01 История и методология науки;
- К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике;
- К.М.01.07 (У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)).

Освоение дисциплины К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.01.05 Научно-методическая работа в спортивных организациях;
- К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов»;
- К.М.04.08 (П) Производственная практика (научно-педагогическая);
- К.М.04.09 (Пд) Производственная практика (преддипломная).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Краткая история развития науки:**

Понятие о науке. Классификация наук. Основные черты науки в современном обществе. Краткая история развития науки. Периоды развития науки.

**Раздел 2. Общие основы технологии научных исследований:**

Основы методологии научного исследования. Методология научного исследования в спорте. Основы научной деятельности в физической культуре и спорте. Понятийный аппарат научной работы. Алгоритм исследования.

### **Раздел 3. Организация, методология и представление научного исследования в области физической культуры и спорта:**

Методология научного поиска в педагогических исследованиях. Планирование и этапы выполнения научного исследования. Характеристика методов научного исследования в области физической культуры и спорта. Алгоритм научно-исследовательской работы. Характеристика методов научного исследования в области физической культуры и спорта. Методы статистической обработки экспериментальных данных. Применение информационных технологий в научных исследованиях.

### **Раздел 4. Технология подготовки и написания научных работ:**

Характеристика научных работ. Структура и оформление выпускной квалификационной работы. Основные требования, предъявляемые к магистерским диссертациям.

## **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>		
<b>ОПК-8. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</b>		
ОПК-8.1	Выделяет актуальные направления научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта и смежных областей знаний.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальные направления научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять проблемную ситуацию и обосновывать актуальность исследования;</li> <li>– определять объект и предмет исследования;</li> <li>– формировать цель, задачи, гипотезу исследования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальными средствами, технологиями профессиональной деятельности; специализированным статистическим пакетом при решении научно-исследовательских задач</li> </ul>
ОПК-8.2	Применяет современные методы исследования для решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта, в том числе из смежных областей знаний.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные методы исследования;</li> <li>– основные этапы научного исследования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выбирать и применять адекватные методы исследования для решения тех или иных задач;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами проведения научных исследований в области спорта.</li> </ul>
ОПК-8.3	Использует современные научные методы, формы и средства научных исследований в области физической культуры и спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способы и виды оформления результатов научного исследования;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обрабатывать, анализировать и описывать результаты исследований;</li> <li>– осуществлять литературно-графическое оформление научного исследования;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками работы с информацией глобальных</li> </ul>

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук,  
доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – формирование компетенций в области проектной и исследовательской деятельности, способах поиска необходимой для исследования информации, о методах и приемах обработки результатов и их презентации, необходимости выполнения индивидуального проекта.

*Задачи дисциплины:*

- усвоить знания о структуре и содержании этапов проектно-исследовательской работы;
- выработать систему научных знаний о комплексе принципов, методов, организационных формах проектной деятельности;
- овладеть умениями и навыками педагогического проектирования;
- сформировать навыки проектирования образовательной среды для проектирования учебного содержания воспитательно-образовательного процесса в области физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: наличие у студента компетенций, сформированных в процессе изучения дисциплин психолого-педагогического блока.

Изучению дисциплины К.М.01.04 «Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта

К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта

Освоение дисциплины К.М.01.04 «Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б3.02 Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

К.М.01.06 Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Теоретические основы проектной деятельности:**

Сущность и содержание социального проектирования и проектирования в образовании; предмет, цели и задачи, практическое значение курса; типология проектов; основные характеристики проектной деятельности; содержание понятий «прогнозирование», «моделирование» и «проектирование»; принципы моделирования и проектирования.

**Раздел 2. Основы управления проектированием в физической культуре и спорте**

Основы управления проектированием этапе планирования. Основы управления проектированием на этапе организации и регулирования. Основы управления проектированием на этапе контроля и оценивания.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</b>	
УК-2.1. Выстраивает этапы работы над проектом с учетом последовательности их реализации	Знать: алгоритм работы над проектом; Уметь: планировать этапы работы над проектом с учетом последовательности их реализации; Владеть: опытом планирования работы над проектом
УК-2.2. Определяет проблему, на решение которой направлен проект, грамотно формулирует цель проекта. Определяет исполнителей проекта	Знать: методологию выделения проблемы и постановки цели проекта; Уметь: определять исполнителей проекта; Владеть: опытом руководства проектом
УК-2.3. Проектирует решение конкретных задач проекта, выбирая оптимальный способ их решения, исходя из действующих правовых норм	Знать: методологию определения задач проекта; Уметь: выбирать оптимальный способ решения задач проекта; Владеть: навыками работы с действующими нормативно-правовыми документами по организации и выполнению проектной деятельности
УК-2.4. Качественно решает конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время. Оценивает риски и результаты проекта	Знать: способы решения задач проекта; Уметь: выбирать качественный способ решения конкретных задач проекта за установленное время; оценивать риски и результаты проекта; Владеть: умениями качественного решения задач проекта, оценки рисков и результатов проекта
УК-2.5. Публично представляет результаты проекта, вступает в обсуждение хода и результатов проекта	Знать: способы и формы публичного представления результатов проекта; Уметь: публично представлять результаты проекта; Владеть: опытом публичного выступления, обсуждения хода и результатов проекта
<b>УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</b>	
УК-3.1. Понимает эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет роль каждого участника в команде	Знать: цель, задачи, средства, методы, принципы, формы государственных и общественных органов и организации работы в спортивных школах и физкультурно-спортивных организациях. Уметь: использовать стратегию сотрудничества для достижения поставленной цели, определять роль каждого участника в проекте; Владеть: организаторскими способностями
УК-3.2. Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей	Знать: особенности поведения и общения разных людей; алгоритм совместной проектной деятельности; Уметь: учитывать в проектной деятельности особенности поведения и общения разных людей; Владеть: опытом реализации проекта на основе учета особенностей поведения и общения разных людей
УК-3.3. Способен устанавливать разные виды коммуникации (устную, письменную, вербальную, невербальную, реальную, виртуальную, межличностную и др.) для	Знать: особенности различных видов коммуникации (устную, письменную, вербальную, невербальную, реальную, виртуальную, межличностную и др.) для руководства проектом; Уметь: использовать различные виды коммуникации (устную, письменную, вербальную, невербальную, реальную, виртуальную, межличностную и др.) в

руководства командой и достижения поставленной цели	проектной деятельности; Владеть: эффективными приемами коммуникации для эффективной реализации проекта
УК-3.4. Демонстрирует понимание результатов (последствий) личных действий и планирует последовательность шагов для достижения поставленной цели, контролирует их выполнение	Знать: основы теории аргументации; Уметь: грамотно и логично планировать последовательность шагов для достижения поставленной цели проекта, контролировать их выполнение; Владеть: навыками аргументации собственных суждений и предложенной стратегии действий
УК-3.5. Эффективно взаимодействует с членами команды, в т. ч. участвует в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды. Соблюдает этические нормы взаимодействия	Знать: технологию эффективного взаимодействия с членами проекта; Уметь: соблюдать этические нормы взаимодействия; Владеть: опытом презентации результатов проекта.
ПК-3 Способен реализовывать образовательную, проектную, практическую, методическую деятельность	
ПК-3.1 Осуществляет реализацию образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии	Знать: современные методики и образовательные технологии в проектной деятельности; Уметь: осуществлять проектную деятельность в системе профессионального образования; Владеть: опытом отбора современных методик и образовательных технологий в проектной деятельности
ПК-3.2 Осуществляет научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта	Знать: роль научно-методического и учебно-методического обеспечения проектной деятельности; Уметь: осуществлять научно-методическое и учебно-методическое обеспечение проектной деятельности; Владеть: технологией отбора научно-методического и учебно-методического обеспечения проектной деятельности.
ПК-3.3 Осуществляет проектную деятельность, определяет содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся	Знать: сущность и содержание проектной деятельности, технологию осуществления проектной деятельности; Уметь: осуществлять проектную деятельность, определять содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся; Владеть: опытом осуществления проектной деятельности.

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчики

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и здоровьесберегающих технологий, канд. пед. наук, доцент Паршина Н.А.

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Бакулин С.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.05 Научно-методическая работа в спортивных организациях**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – овладение магистрантами навыками, необходимыми для проведения мониторинга и анализа собранной информации с целью повышения эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта.

**Задачи дисциплины:**

- ознакомить с принципами контроля и оценки, специальными технологиями и методами, в том числе с использованием ИКТ, в области физической культуры и массового спорта;
- научить применять инструментарий и методы оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации об эффективности физкультурно-спортивной деятельности;
- овладеть методами мониторинга и анализа собранной информации об эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта;
- освоить навыки реализации научно-методического подхода в решении задач подготовки спортсменов.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.05 Научно-методическая работа в спортивных организациях относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Изучению дисциплины К.М.01.05 «Научно-методическая работа в спортивных организациях» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.03 «Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта»;

К.М.04.02 «Организационно-нормативное обеспечение спортивной деятельности»;

К.М.04.05 «Диагностика психологического состояния спортсменов»;

К.М.04.07 (П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.01.05 «Научно-методическая работа в спортивных организациях» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.06 «Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта»;

К.М.03.05 «Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов»;

К.М.04.08 (П) Производственная практика (научно-педагогическая);

К.М.04.09 (Пд) Производственная практика (преддипломная).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Научно-методическое обеспечение спортивной организации**

Научно-методическое обеспечение в современной системе спортивной подготовки: нормативно-правовые и организационно-методические основы. Контроль тренировочных нагрузок и современные методы их количественной оценки. Мониторинг, анализ и оценки показателей выполненной на тренировке работы. Реакция спортсмена на нагрузку. Зависимость спортивного результата от баланса между тренировочной нагрузкой и восстановлением. Методы количественной оценки тренировочной нагрузки.

**Раздел 2. Современные информационные технологии в научно-методической**

## деятельности спортивной организации

Технологии поиска тематической (профессиональной) информации в сети Internet. Поисковые каталоги. Технология поиска информации. Поисковые машины. Подбор ссылок. Базы данных адресов. Поиск информации в области физической культуры и спорта. Интернет-технологии в процессе анализа и обмена информацией. Статистическая обработка информации. Статистическое наблюдение. Статистическая группировка данных. Анализ статистических материалов. Электронные таблицы Excel в процессе оценки и обработки результатов исследований. Создание комплексных текстовых документов с помощью процессора Microsoft Word, презентаций в Microsoft Power Point. Электронная почта.

### 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ОПК-5. Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</b>	
ОПК-5.1. Знает принципы контроля и оценки, специальные технологии и методы, в том числе с использованием ИКТ, в области физической культуры и массового спорта	<i>знать:</i> – технологии и методы, в том числе с использованием ИКТ, принципы контроля и оценки в области физической культуры и массового спорта; <i>уметь:</i> – обосновывать применение специальных технологий и методов, в том числе с использованием ИКТ, в области физической культуры и массового спорта; <i>владеть:</i> – навыками осуществления контроля, оценки и анализа собранной информации в области физической культуры и массового спорта
ОПК-5.2. Умеет применять инструментарий и методы оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации об эффективности физкультурно-спортивной деятельности	<i>знать:</i> – основной инструментарий и методы оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации; <i>уметь:</i> – анализировать полученную информацию об эффективности физкультурно-спортивной деятельности; <i>владеть:</i> – навыками применения инструментария и методов оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации об эффективности физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-5.3. Владеет методами мониторинга и анализа собранной информации об эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта	<i>знать:</i> – методы мониторинга и анализа собранной информации в области физической культуры и массового спорта; <i>уметь:</i> – обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации; <i>владеть:</i> – навыками проведения мониторинга и анализа собранной информации с целью повышения эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта.

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчики**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и здоровьесберегающих технологий, канд. пед. наук, доцент Шуняева Е.А.

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Трескин М.Ю.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.01.06 Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – формирование у студентов представления в области физической культуры и спорта на основе использования в процессе обучения цифровые продукты и сервисы, способствующие повышению доступности физкультур и спорта и повышению эффективности управления физкультурно-спортивными организациями и совершенствования тренировочного процесса..

*Задачи дисциплины:*

- формировать базовые знания у студентов для последующего использования информационных технологий в практике управления педагогическим, тренировочным и соревновательным процессами;
- обеспечить формирование умений и навыков работы с компьютерной техникой с использованием современных информационных технологий;
- способствовать формированию умений обработки разнообразной информации с помощью современного программного обеспечения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.01.06 Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 8 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.01.06 «Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта;

К.М. 02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике;

К.М. 02.02 Иностранный язык в профессиональной коммуникации;

К.М. 04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов.

Освоение дисциплины К.М.01.06 «Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.04 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта;

К.М.03.01 Профессиональная подготовка преподавателя в области физкультурного образования;

К.М.03.ДВ.01.01 Методика разработки учебно-методических материалов для реализации программ профессионального образования в области физической культуры и спорта;

К.М.01.05(У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы));

К.М.03.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

## 6. Содержание дисциплины

### Раздел 1. Новые цифровые технологии и изменения в спорте: Текстовый редактор Microsoft WORD.

Составление таблицы. Форматирование текста. Работа с графическими объектами в текстовом редакторе. Создание тренировочного теста с помощью закладок. Создание презентации по курсу «Информационные технологии». Технология создания мультимедийной презентации.

### Раздел 2. Подготовка мероприятий по цифровой трансформации спортивной организации.

Создание и оформление протокола спортивно-оздоровительных состязаний. Электронные таблицы: OpenOffice. Org Calc. Электронные таблицы: создание электронного кроссворда.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-2. Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</b>	
ОПК-2.1. Знает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при планировании и разработке программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	<i>знать:</i> приоритетные направления цифровых технологий; виды цифровых ресурсов и технологии их создания; <i>уметь:</i> использовать специальные программные средства для видеоанализа в физической культуре и спорте выбрать и использовать специализированное программное обеспечение и оборудование для оценки функционального состояния организма спортсмена; <i>владеть:</i> современным программным обеспечением и функциональным оборудованием для мониторинга и оценки состояния организма спортсменов.
ОПК-2.2. Учитывает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при организации программ и комплексных мероприятий	<i>знать:</i> основы работы с облачными технологиями и сервисами; <i>уметь:</i> использовать специальные программные средства для видеоанализа в физической культуре и спорте выбрать и использовать специализированное программное обеспечение и оборудование для оценки функционального состояния организма спортсмена;

<p>образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>	<p><i>владеть:</i> навыками обработки экспериментальных данных, планирования и проведения исследований и экспериментов с помощью информационных технологий.</p>
<p>ОПК-2.3. Разрабатывает и реализует программы комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>	<p><i>знать:</i> основы проектирования деятельности с использованием цифровых ресурсов и сервисов <i>уметь:</i> ориентироваться в программно-инструментальных средствах по созданию документов; создавать цифровые документы и ресурсы в различных форматах применять цифровые ресурсы в профессиональной деятельности для эффективности; <i>владеть:</i> навыками по созданию цифровых документов и ресурсов в различных форматах.</p>
<p><b>ОПК-4. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу</b></p>	
<p>ОПК-4.1. Анализирует и объясняет значение теоретических основ физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни и нравственных ценностей</p>	<p><i>знать:</i> принципы и алгоритмы поиска информации в сети Интернет <i>уметь:</i> различать основные виды цифровых ресурсов и применять их в профессиональной деятельности; находить, анализировать структурировать информацию для создания электронных документов. <i>владеть:</i> навыками самостоятельного овладения новыми знаниями, используя современные образовательные технологии;</p>
<p>ОПК-4.2. Проводит в доступной и увлекательной форме лекции и беседы о значении физической культуры как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья</p>	<p><i>знать:</i> - основные методы, средства и способы организации современного занятия по физической культуре и спорту; <i>уметь:</i> - использовать основные методы, средства и способы организации современного занятия по физической культуре и спорту; <i>владеть:</i></p>
	<p>- навыками применения методов, средств и способов организации современного занятия по физической культуре и спорту.</p>
<p>ОПК-4.3. Осуществляет просветительно-образовательную и агитационную работу в целях пропаганды здорового образа жизни,</p>	<p><i>знать:</i> - основные методы, средства и способы организации просветительно-образовательной и агитационной работы, при формировании ценностей здорового образа жизни; <i>уметь:</i></p>

<p>нравственных ценностей физической культуры, спорта и олимпийского движения</p>	<p>- использовать основные методы, средства и способы организации просветительно-образовательной и агитационной работы, при формировании ценностей здорового образа жизни;</p> <p>владеть:</p> <p>- навыками применения методов, средств и способов организации просветительно-образовательной и агитационной работы, при формировании ценностей здорового образа жизни.</p>
---	--

### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Бакулин С.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – содействие становлению профессиональной компетентности студентов через формирование целостного представления о роли информационных технологий в современной научной и образовательной среде и спортивной деятельности на основе овладения их возможностями в решении профессиональных задач.

**Задачи дисциплины:**

- сформировать представление о возможностях использования информационных технологий в различных видах профессиональной деятельности;
- ознакомить с использованием компьютерной техники и программного обеспечения в профессиональной деятельности;
- изучить информационные технологии и сервисы, позволяющие повысить эффективность выполнения профессиональных задач;
- сформировать информационную культуру будущего тренера.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание требований к осуществлению профессиональной деятельности в аспекте реализации возможностей информационных технологий

Изучению дисциплины К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта.

Освоение дисциплины К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.06 Цифровая трансформация отрасли физической культуры и спорта

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Основные направления применения информационных технологий в науке и спорте**

Информатизация сферы науки и спорта

**Раздел 2. Программное обеспечение в научной деятельности и спортивной практике**

Автоматизированная подготовка однотипных документов для рассылок.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>УК-4. способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>	
УК-4.2 Использует информационно-	знать: - возможности офисных технологий в управлении

<p>коммуникационные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения различных коммуникативных задач на государственном и иностранном(-ых) языках</p>	<p>электронным контентом по решению профессиональных задач в области коммуникаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможности средств создания мультимедийных материалов для решения профессиональных задач;</li> <li>- сервисы, позволяющие реализовать информационные технологии в реализации профессиональной деятельности;</li> <li>- сервисы по созданию онлайн-курсов и их возможности в реализации профессиональной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять возможности офисных технологий для осуществления коммуникаций, создания материалов профессиональной направленности, создания отчетов и организации контроля;</li> <li>- создавать мультимедийные материалы для использования при решении профессиональных задач;</li> <li>- применять возможности соответствующих сетевых сервисов для реализации профессиональной деятельности;</li> <li>- применять соответствующие технологии (в том числе информационно-коммуникационные) для разработки элементов образовательных программ;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимыми техническими и программными средствами и приемами работы с электронным контентом для осуществления коммуникаций;</li> <li>- возможностями соответствующих сетевых сервисов для разработки научно-методического обеспечения спортивной подготовки.</li> </ul>
--	---

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физики, информационных технологий и методик обучения, канд. пед. наук, доцент Дербеденева Н.Н.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.02.02 Иностранный язык в профессиональной коммуникации**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – овладение иностранным языком на уровне, позволяющим осуществлять коммуникацию на иностранном языке для академического и профессионального взаимодействия.

*Задачи дисциплины:*

– овладение стратегий устной и письменной коммуникацией на иностранном языке в деловой сфере общения;

– овладение умением перевода академических и профессиональных текстов с иностранного языка на русский язык.

В том числе воспитательные задачи:

– формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;

– формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.02 Иностранный язык в профессиональной коммуникации относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: применение компетенций, приобретенных в процессе изучения дисциплины «Иностранный язык» на предыдущем уровне обучения.

Освоение дисциплины К.М.02.02 «Иностранный язык в профессиональной коммуникации» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б3.1 Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена;

Б3.2 Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы.

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Профессиональная и академическая коммуникация на иностранном языке.**

Письменная деловая коммуникация в академической и профессиональной сфере. Виды деловых писем.

Оформление делового письма.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>	
УК-4.1 Выбирает на государственном и иностранном языках коммуникативно приемлемые стили делового общения, вербальные и невербальные средства взаимодействия с партнерам.	знать: - деловой стиль общения на иностранном языке; - вербальные и невербальные средства взаимодействия с партнерами в академической и профессиональной сфере;
УК-4.2	Использует уметь:

<p>информационно-коммуникативные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения различных коммуникативных задач на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- использовать информационно-коммуникационные технологии для поиска информации на иностранном языке для решения коммуникативных задач;</p>
<p>УК-4.3 Ведет деловую переписку, учитывает особенности стилистики официальных и неофициальных писем, социокультурные различия в формате корреспонденции на государственном и иностранном языках</p>	<p>уметь: - осуществлять эффективную деловую коммуникацию в устной и письменной формах на иностранном языке в академической и профессиональной сфере;</p>
<p>УК-4.4 Умеет коммуникативно, культурно, приемлемо вести устные деловые разговоры в процессе профессионального взаимодействия на государственном и иностранном языках</p>	<p>уметь: - профессионально взаимодействовать на иностранном языке в соответствии с нормами устной речи;</p>
<p>УК-4.5 Демонстрирует умение выполнять перевод академических и профессиональных текстов с иностранного на государственный язык</p>	<p>уметь: - переводить академические и профессиональные тексты с иностранного языка на русский язык; владеть: - навыками деловой коммуникации в иноязычной среде; - приемами перевода иноязычных текстов.</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра иностранных языков и методик обучения, канд. филол. наук, доцент Лазутова Л.А.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.02.03 Профессиональные коммуникации в сфере физической культуры и спорта**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – формирование у магистров коммуникативных компетенций позволяющих осуществлять научно-методическую деятельность в сфере физической культуры и спорта.

*Задачи дисциплины:*

- обучить использовать различные стили общения;
- овладение средствами общения с партнерами;
- развитие навыков применения информационно-коммуникативных технологий при поиске необходимой информации;
- формирование общенаучного мировоззрения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.02.03 Профессиональные коммуникации в сфере физической культуры и спорта относится к вариативным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.02.03 Профессиональные коммуникации в сфере физической культуры и спорта предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта;

К.М.02.01 Информационные технологии в науке и спортивной практике;

К.М.02.02 Иностранный язык в профессиональной коммуникации;

К.М.04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов.

Освоение дисциплины К.М.02.03 «Профессиональные коммуникации в сфере физической культуры и спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.ДВ.01.01 Оптимизация функционального состояния спортсменов

К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки

К.М.04.ДВ.01.01 Психологические технологии разрешения конфликтных ситуаций в спорте

К.М.04.ДВ.01.02 Регуляция психофизиологических состояний в спорте

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Основы профессиональной коммуникация в сфере физической культуры и спорта**

Основные понятия профессиональной коммуникации. Общая характеристика и особенности профессиональной коммуникации в области физической культуры и спорта

**Раздел 2 Культура речевого взаимодействия в спорте.**

Культура речевого взаимодействия в спорте.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

**Компетенция в соответствии ФГОС ВО**

**УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального**

<b>взаимодействия</b>	
УК-4.1. Выбирает на государственном и иностранном языках коммуникативно приемлемые стили делового общения, вербальные и невербальные средства взаимодействия с партнерами	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы определения стиля общения;</li> <li>- основные вербальные и невербальные средства общения с партнерами;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать партнера с целью подбора стиля общения;</li> <li>- осуществлять вербальный и невербальный контакт с партнером;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками применения различных стилей общения с партнерами.</li> </ul>
УК-4.2. Использует информационно-коммуникативные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения различных коммуникативных задач на государственном и иностранном языках	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные возможности информационно-коммуникативных технологий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать коммуникативные задачи с использованием информационно-коммуникативных технологий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью использовать информационно-коммуникативных технологий процессе решения различных коммуникативных задач</li> </ul>
УК-4.3. Ведет деловую переписку, учитывает особенности стилистики официальных и неофициальных писем, социокультурные различия в формате корреспонденции на государственном и иностранном языках	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различные стили написания писем;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать социокультурные различия в формате написания корреспонденции;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками написания корреспонденции, учитывая особенности стилистики официальных и неофициальных писем.</li> </ul>
УК-4.4. Умеет коммуникативно, культурно, приемлемо вести устные деловые разговоры в процессе профессионального взаимодействия на государственном и иностранном языках	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы культуры разговорной речи учитывая специфику физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать коммуникативные задачи, связанные с устными разговорами в процессе профессионального взаимодействия;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками приемлемо вести устные деловые разговоры в процессе профессионального взаимодействия.</li> </ul>
УК-4.5. Демонстрирует умение выполнять перевод академических и профессиональных текстов с иностранного на государственный язык	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы перевода академических и профессиональных текстов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переводить академические и профессиональные тексты;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками перевода академических и профессиональных текстов.</li> </ul>

## **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Бакулин С.В.

## Аннотация рабочей программы дисциплины К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – освоение основных антропологических методов исследования физического развития, необходимых для осуществления на научной основе спортивного отбора и ориентации.

#### **Задачи дисциплины:**

- ознакомление студентов с основными понятиями, критериями, этапами и особенностями отбора и ориентации для занятий различными видами спорта.
- ознакомление студентов с методами антропологических исследований, используемых при спортивном отборе;
- освоение основных антропологических методик исследования физического развития;
- ознакомление студентов со стандартами телосложения и составом тела спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в некоторых олимпийских видах спорта;
- ознакомление студентов с основными антропометрическими точками, размерами тела человека и местом их расположения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 3 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Изучению дисциплины К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности.

Освоение дисциплины К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

ФТД.02 Медико-биологическое сопровождение фитнес-тренировок

К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов

К.М.03.ДВ.01.01 Оптимизация функционального состояния спортсменов

К.М.03.ДВ.01.02 Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности

К.М.04.09(Пд) Производственная практика (преддипломная)

### 6. Содержание дисциплины

#### **Раздел 1 Методологические аспекты спортивного отбора:**

Методологические основы организации спортивного отбора. Классификация видов спорта. Спортивный отбор и ориентация. Спортивная селекция. Моторные задатки и одаренность. Физические способности и их уровни.

#### **Раздел 2. Медико-биологические и психолого-педагогические критерии отбора:**

Наследственные влияния на морфофункциональные особенности и физические качества человека. Генетический и паспортный пол, их соответствие как один из критериев спортивного отбора. Генетические и гормональные маркеры. Наследуемость проявления физических качеств. Учет физиолого-генетических особенностей человека в спортивном

отборе. Учет тренируемости спортсменов. Уровни развития физических качеств. Техничко-тактическая подготовленность. Спортивно-техническое мастерство. Темпы роста спортивных достижений. Моторная обучаемость. Координационные возможности. Способность юных спортсменов к эффективному решению двигательных задач в условиях напряженной борьбы. Психологические критерии спортивного отбора.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>		
<b>ОПК-5 Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</b>		
ОПК-5.1. Применяет принципы контроля и оценки, специальные технологии и методы, в том числе с использованием ИКТ, в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта);</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.</li> </ul>	
ОПК-5.2. Использует инструментарий и методы оценки показателей для проведения мониторинга и анализа полученной информации об эффективности физкультурно-спортивной деятельности	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта);</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять отбор обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, спортивной дисциплине);</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.</li> </ul>	
ОПК-5.3. Владеет методами мониторинга и анализа собранной информации об эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта);</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– пользоваться контрольно-измерительными приборами;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами контроля отсутствия медицинских противопоказаний для дальнейших занятий видом спорта у поступающих в группы совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>– навыками консультирования обучающихся относительно порядка зачисления и тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>– навыками проведения отбора в группы этапа совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>	
ПК-1. Способен формировать базу информации (научно-методической, медико-		

биологической, психолого-педагогической), осуществлять ее анализ и учет в процессе подготовки спортсменов	
ПК-1.1 Формирует научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;</li> <li>– порядок составления и ведения учетно-отчетной документации;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области физической культуры и спорта.</li> <li>– навыками оценки эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.</li> <li>– навыками систематического первичного учета результатов тренировочного и соревновательного процесса (по виду спорта, спортивной дисциплине), в том числе с использованием электронных форм.</li> </ul>
ПК-1.2 Проводит анализ научно-методической, медико-биологической и психолого-педагогической базы данных по вопросам подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления исследований в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.</li> <li>– навыками оценки эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.</li> <li>– навыками систематического первичного учета результатов тренировочного и соревновательного процесса (по виду спорта, спортивной дисциплине), в том числе с использованием электронных форм.</li> </ul>
ПК-1.3 Учитывает научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способами организации и оптимизации познавательной и исследовательской деятельности в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.</li> <li>– навыками оценки эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности.</li> <li>– навыками систематического первичного учета результатов тренировочного и соревновательного процесса (по виду спорта, спортивной дисциплине), в том числе с использованием электронных форм.</li> </ul>
--	---

#### **8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

#### **9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – формирование у магистрантов компетенции решения научно-исследовательских задач с использованием современных методов исследования по разрешению проблемных ситуаций в области медико-биологических основ физической культуры и спорта, в том числе и в смежных областях знаний.

**Задачи дисциплины:**

- установление и опора на межпредметные связи при решении научных и практических задач медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта;
- использование современных технологий в области исследований естественнонаучных основ физкультурно-спортивной деятельности;
- формирование системы современных знаний и умений, критического анализа при решении практических и научных проблем медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта;
- овладение методами получения современного системного научного знания при решении проблем медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Изучению дисциплины К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 История и методология науки;

К.М.01.03 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта.

Освоение дисциплины К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте

ФТД.01 Технология фитнес-тренировки

К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте

К.М.04.01 Методика построения спортивной тренировки

К.М.04.07(П) Производственная практика (профессионально-ориентированная)

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности:**

Предстартовое состояние. Изменения состояния организма при разминке. Вработывание. Состояние физиологических функций при работе. Виды утомления. Классификация проявлений утомлений. Локализация и механизмы утомления. Восстановление физиологических функций после прекращения спортивных упражнений.

## **Раздел 2. Медико-биологические технологии повышения спортивной работоспособности:**

Характеристика зон мощности при нагрузке. Физиологические показатели мышечной деятельности. Восстановление при построении тренировочного микроцикла. Восстановительный микроцикл. Фармакологические препараты для восстановления и повышения работоспособности.

### **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</b>	
УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, определяет этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов	знать: - знает проблемы науки и физкультурного образования на современном этапе; уметь: - понимает актуальность знания научных проблем в области физической культуры и спорта для современного общества.; владеть: - умеет выделять актуальные научные проблемы в области физической культуры и спорта.
УК-1.2. Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации	знать: - знает основные направления стратегии действий при решении проблемных ситуаций в области естественнонаучных проблем физической культуры и спорта; уметь: - успешно анализирует необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода в области физической культуры и спорта; владеть: - способен отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации в области физической культуры и спорта..
УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски	знать: - знает о различных вариантах решения проблемной ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта; уметь: - понимает возможность эффективного решения научных и практических проблем в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта на основе системного подхода; владеть: - способен оценить эффективность решения проблемы в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта на основе системного подхода.
УК-1.4. Грамотно, логично, аргументировано	знать: - знает о множественных способах решения проблемной

<p>формулирует собственные суждения и оценки. Предлагает стратегию действий</p>	<p>ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет грамотно, логично и аргументированно формулировать собственные суждения и мысли при решении проблемных ситуаций;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет собственными суждениями и оценками стратегии действий по решению проблемной ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта.</li> </ul>
<p>УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает о различных вариантах последствий при решении проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет определять практические последствия реализации действий по решению проблемной ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет способностью оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта.</li> </ul>
<p><b>ОПК-8. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</b></p>	
<p>ОПК-8.1. Знает: актуальные направления научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта и смежных областей знаний</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять проблемные направления развития науки в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
<p>ОПК-8.2. Умеет: использовать современные методы исследования для решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта, в том числе из смежных областей знаний</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления исследований в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать смежные области научного знания при проведении научно-исследовательской деятельности в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.</li> </ul>
<p>ОПК-8.3. Владеет: современными научными</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного</li> </ul>

<p>методами, формами и средствами научных исследований в области физической культуры и спорта</p>	<p>знания;  уметь:  - анализировать особенности развития современного научного знания в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта;  владеть:  - способами организации и оптимизации познавательной и исследовательской деятельности в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.</p>
---	--

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.03 Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности**

- |    |                                |   |
|----|--------------------------------|---|
| 1. | <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. | <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. | <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – формирование у магистрантов профессиональных компетенций, необходимых для осуществления комплексного контроля тренировочно-соревновательного процесса и управления спортивной подготовкой с целью достижения максимальных спортивных результатов и сохранения здоровья спортсменов.

*Задачи дисциплины:*

- сформировать представления о видах, формах, методах, целях и задачах комплексного контроля функциональной подготовленности и состояния организма спортсменов в зависимости от этапа спортивной подготовки;
- дать сведения о современных технологиях, методах и средствах контроля в системе отбора, ориентации и подготовки спортсменов;
- сформировать знания и навыки, необходимые для оценки уровня физического здоровья и функциональной подготовленности спортсменов в ходе комплексного контроля.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.03 Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Изучению дисциплины К.М.03.03 «Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 История и методология науки;

К.М.01.03 Технологии научных исследований в отрасли физической культуры и спорта.

К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности.

Освоение дисциплины К.М.03.03 «Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности»

К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов

К.М.03.ДВ.01.01 Оптимизация функционального состояния спортсменов

К.М.03.ДВ.01.02 Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности

К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Основы профессиональной коммуникация в сфере физической культуры и спорта**

Основные понятия профессиональной коммуникации. Общая характеристика и особенности профессиональной коммуникации в области физической культуры и спорта

## Раздел 2 Культура речевого взаимодействия в спорте.

Культура речевого взаимодействия в спорте.

### 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</b>	
УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения	знать: - методологию решения проблемной ситуации в процессе анализа проблемы, определять этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов; уметь: - выявлять проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы, определять этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов; владеть: - способами выявления и решения проблемной ситуации в процессе анализа проблемы, определения этапов ее разрешения с учетом вариативных контекстов.
УК-1.2. Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации	знать: - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочно-соревновательного процесса; - методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся; уметь: - использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки адекватной возможностям занимающегося; - навыками формирования базы результатов текущих медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся; владеть: - навыками осуществления педагогического контроля занимающихся во время тренировочных и контрольных мероприятий, тренировочных сборов, спортивных соревнований.
УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски	знать: - содержание и техники контроля прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности; уметь: - оценивать результативность спортивной подготовки на тренировочном этапе, определять резервы, эффективные средства и методы повышения результативности тренировочного процесса; владеть: - навыками анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявления проблем и

	определение методов их решения.
УК-1.4. Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки стратегии действий по решению проблемной ситуации	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся для этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно, логично, аргументированно формулировать собственные суждения и оценки; предлагать стратегию действий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося.</li> </ul>
УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся для этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося.</li> </ul>
<b>ПК-4 Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</b>	
ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять проблемные направления развития науки в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
ПК-4.2 Разрабатывает методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления исследований в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать смежные области научного знания при проведении научно-исследовательской деятельности в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в</li> </ul>

	том числе из смежных областей знаний.
ПК-4.3 Проводит индивидуальные или групповые консультации, лекции и семинары для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы получения современного естественнонаучного знания;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать особенности развития современного научного знания в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способами организации и оптимизации познавательной и исследовательской деятельности в области медико-биологического сопровождения физической культуры и спорта.</li> </ul>
ПК-4.4 Проводит оценку результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления исследований в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать смежные области научного знания при проведении научно-исследовательской деятельности в области естественнонаучных основ физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в области в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.</li> </ul>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – сформировать у студента теоретические и методические навыки, позволяющие студенту ориентироваться в функциональных и инструментальных методах исследования, а также самоконтроле в спорте с учетом современных требований к науке и практике, с опорой на современные достижения научно-технического развития; сформировать практические навыки оценки функционального состояния спортсменов и лиц различного пола и возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

**Задачи дисциплины:**

- изучить методики, позволяющими оценить функциональное состояние организм человека с учетом пола и возраста;
- изучить методы самоконтроля в спорте, методики оценки результата спортивной деятельности;
- формирование умений использовать средства и методы диагностики функционального состояния человека, анализировать полученные результаты, формулировать представления и выводы о функционировании человеческого организма на занятиях физической культурой, спортивных тренировках и соревнованиях.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание медико-биологических основ спортивной деятельности.

Изучению дисциплины К.М.03.04 «Методы диагностики функционального состояния спортсменов» предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности;
- К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- К.М.03.07(П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.03.04 «Методы диагностики функционального состояния спортсменов» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.03.03 Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности;
- К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов;
- К.М.03.ДВ.01.01 Оптимизация функционального состояния спортсменов;
- К.М.01.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Общее представление о функциональном состоянии и функциональной подготовленности:**

Определение понятий, их содержание. Необходимость мониторинга показателей, отражающих функции различных систем организма в процессе занятий физической культурой и спортом.

Механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам. Фазовость процессов

адаптации. Виды тренировочных эффектов. Значение оценки функционального состояния при занятиях физической культурой и спортом.

**Раздел 2. Основные группы методов исследования функциональной подготовленности:**

Обзор современных аппаратных методик для оценки различных сторон функционального состояния в процессе занятий физической культурой и спортом. Методы оценки функционального состояния центральной нервной системы, сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы.

Стратегия и тактика осуществления разных видов контроля функциональной подготовленности в практике занятий физической культурой и спортом. Построение модели проведения первичного обследования группы занимающихся с учетом возраста, уровня физической подготовленности.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i><b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b></i>	
<b>УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</b>	
УК-6.3. Умеет формулировать цели собственной деятельности и определяет пути их достижения с учетом их оптимального и эффективного воздействия на функциональные, двигательные и адаптационные ресурсы собственного организма в целях сохранения, укрепления и формирования здоровья	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– функциональные особенности, адаптационные ресурсы собственного организма;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формулировать цели собственной деятельности и определять пути их достижения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами диагностики функционального состояния спортсменов в целях сохранения, укрепления и формирования здоровья.</li> </ul>
УК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности и здоровьесбережения	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ресурсы для совершенствования своей деятельности и здоровьесбережения;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать эффективность использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности и здоровьесбережения;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками оценивания эффективности использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности и здоровьесбережения.</li> </ul>
УК-6.5. Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и умений с целью совершенствования своей деятельности	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методики определения физического, двигательного развития и функциональных возможностей организма спортсменов для построения учебно-тренировочного процесса, правила проведения функциональных проб;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить пробы и тесты для оценки функционального состояния спортсменов, использовать данные диагностики для построения учебно-тренировочного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками проведения основных функциональных проб, способами диагностики функционального состояния дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной</li> </ul>

	систем организма спортсменов для построения учебно-тренировочного процесса.
ПК-1 Способен формировать базу информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществлять ее анализ и учет в процессе подготовки спортсменов	
ПК-1.1 Формирует научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– физиологические основы мероприятий по сохранению и укреплению здоровья спортсменов на тренировках и соревнованиях;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять физиологические методы исследований при решении типовых профессиональных задач в области диагностики состояния спортсменов;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способами диагностики функционального состояния спортсменов.</li> </ul>
ПК-1.2 Проводит анализ научно-методической, медико-биологической и психолого-педагогической базы данных по вопросам подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные методы и технологии диагностики функциональных состояния, характерных для спортсменов;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценивать состояние функциональных систем организма спортсменов по критериям надежности и цены деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами диагностики функционального состояния организма спортсменов с учетом степени напряжения механизмов гомеостаза.</li> </ul>
ПК-1.3 Учитывает научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методики определения физического, двигательного развития и функциональных возможностей организма спортсменов для построения учебно-тренировочного процесса, правила проведения функциональных проб;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить пробы и тесты для оценки функционального состояния спортсменов, использовать данные диагностики для построения учебно-тренировочного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками проведения основных функциональных проб, способами диагностики функционального состояния дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем организма спортсменов для построения учебно-тренировочного процесса.</li> </ul>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – сформировать у магистров теоретические и методические навыки, позволяющие ориентироваться в функциональных и инструментальных методах исследования, в функциональных пробах измерения параметров спортивной деятельности, а также самоконтроле в спорте; сформировать практические навыки оценки функционального состояния спортсменов и лиц различного пола и возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

*Задачи дисциплины:*

- дать представление о типах мониторинга, особенностях их технологий;
- познакомить с технологиями проведения исследований, навыками организации и их проведения в зависимости от вида спорта, возраста и типа контроля;
- изучить технологии, позволяющие оценить влияние физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста;
- изучить методики самоконтроля в спорте, методики оценки результата спортивной деятельности, технологии поддержания спортивной формы;
- изучить технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; современных подходов к организации и содержанию спортивной деятельности; системы управления тренировочным процессом.

Изучению дисциплины К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте;
- К.М.01.07 (У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)).

Освоение дисциплины К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта;
- К.М.01.05 Научно-методическая деятельность в спортивных организациях;
- К.М.01.07 (П) Производственная практика (научно-исследовательская работа);
- К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов.

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Научно-теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности:**

Сущность, предмет, цели и функции мониторинга. Состав группы мониторинга и

распределение функциональных обязанностей участников мониторинговых исследований. Объекты мониторинга. Мониторинг в физической культуре и спорте. Задачи мониторинга функциональной подготовленности школьников и спортсменов. Нормативные акты, регулирующие процедуру спортивно-оздоровительного мониторинга. Теоретические аспекты мониторинга функциональной подготовленности как научно-методическая проблема.

## **Раздел 2. Организация и технологии мониторинга функциональной подготовленности:**

Формы и методы сбора информации и обработки полученных результатов. Организация и технологии мониторинга. Этапы и направления мониторинга. Построение модели проведения комплексного мониторинга. Статистическая обработка данных и оформление результатов научного эксперимента. Методы определения физического развития школьников и спортсменов. Общая оценка функциональной подготовленности школьников и спортсменов. Общая оценка физической подготовленности школьников и спортсменов. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня функциональной подготовленности в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплексная оценка состояния здоровья обучающихся с использованием различных подходов.

## **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i><b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b></i>	
<b>ПК-1. Способен формировать базу информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществлять ее анализ и учет в процессе подготовки спортсменов</b>	
ПК-1.1 Формирует научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности психического, физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием разных инновационных технологий мониторинга функциональной подготовленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками совершенствования и развития своего научно-методического потенциала.</li> </ul>
ПК-1.2 Проводит анализ научно-методической, медико-биологической и психолого-педагогической базы данных по вопросам подготовки спортсменов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием разных инновационных технологий мониторинга функциональной подготовленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологиями оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом.</li> </ul>
ПК-1.3 Учитывает научно-методическую, медико-биологическую и психолого-	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научно-методические основы реализации образовательного процесса с использованием</li> </ul>

<p>педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов</p>	<p>современных методик и образовательных технологий;  уметь:  - реализовывать образовательный процесс с использованием современных методик и образовательных технологий;  владеть:  - навыками использования в образовательном процессе современных методик и образовательных технологий.</p>
---	---

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Игнатьева Л.Е.

## Аннотация рабочей программы дисциплины К.М.03.06 Спортивная генетика

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – формирование у магистрантов теоретических знаний, практических навыков и умений в области спортивного отбора и ориентации, выявления спортивной одаренности и прогнозирования спортивной успешности на основе морфогенетического материала.

#### **Задачи дисциплины:**

- раскрытие фундаментальных основ наследования и изменчивости функциональных возможностей и физических качеств организма;
- раскрытие сопряженности спортивной генетики с основными педагогическими направлениями физической культуры и спорта;
- ознакомление с основными методами и генетическими маркерами, используемыми в спортивной генетике для учета и прогнозирования индивидуально-типологических особенностей организма;
- формирование умения осуществлять морфогенетический анализ для учета и прогнозирования индивидуально-типологических особенностей организма с целью повышения эффективности спортивного отбора и тренировочного процесса.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.03.06 Спортивная генетика относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Изучению дисциплины К.М.03.06 Спортивная генетика предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности;

К.М.01.07 (У) Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)).

Освоение дисциплины К.М.03.06 Спортивная генетика является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б3.01 Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена;

Б3.02 Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы;

К.М.04.09 (Пд) Производственная практика (преддипломная).

### 6. Содержание дисциплины

#### **Раздел 1. Основы спортивной генетики**

Введение в спортивную генетику. Методы спортивной генетики. Материальные основы наследственности.

#### **Раздел 2 Генетика физической деятельности.**

Наследственные влияния на морфофункциональные параметры, функциональные возможности и физические качества организма. Генетические маркеры спортивных задатков. Генетические маркеры физических качеств. Генетические маркеры психических характеристик. Генный допинг.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ОПК-7. Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта</b>	
ОПК-7.1. Знает актуальные научные и практические проблемы в сфере физической культуры и массового спорта	знать: - актуальные научные и практические проблемы в сфере физической культуры и массового спорта; - систему научного знания спортивной генетики, особенности наследования физических качеств, обоснование выбора спортивной специализации на основании генотипических особенностей спортсмена; уметь: - использовать методы оценки физических качеств, изменений морфофункциональных и метаболических состояний организма при спортивной деятельности с учетом генетических задатков; владеть: - навыками мышления, восприятия, поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОПК-7.2. Обобщает данные современного научного знания и результатов российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта	знать: - основные фенотипические генетические маркеры спортивных задатков, их свойства и значение: тренируемость (высокая и низкая), как врожденное свойство организма, величина тренировочного эффекта; уметь: - обобщать данные современного научного знания и результатов российского и зарубежного опыта по развитию физической культуры и массового спорта; владеть: - навыками мышления, восприятия, поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОПК-7.3. Внедряет в практическую работу российский и зарубежный опыт для развития физической культуры и массового спорта	знать: - методические основы работы и требования к методическому обеспечению тренировочного процесса на основе спортивной генетики; уметь: - внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт для развития физической культуры и массового спорта; владеть: - фундаментальными знаниями и методами спортивной генетики для оценки уровня физического развития организма, прогнозирования спортивной результативности и предрасположенности к тому или иному виду спортивной деятельности; - средствами коррекции тренировочного процесса с учетом генетических особенностей работоспособности организма спортсмена.
<b>ОПК-8. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных</b>	

<b>ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</b>	
ОПК-8.1. Знает актуальные направления научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта и смежных областей знаний	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные направления научно-исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта и смежных областей знаний;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять морфогенетические исследования на организменном уровне и давать их оценку;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- междисциплинарным подходом при решении проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
ОПК-8.2. Умеет использовать современные методы исследования для решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта, в том числе из смежных областей знаний	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стратегии исследования генетических особенностей с целью прогнозирования результативности тренировочного процесса;</li> <li>- современные методы исследования для решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта, в том числе из смежных областей знаний;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные методы исследования для решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта, в том числе из смежных областей знаний;</li> <li>- использовать фенотипические маркеры для прогнозирования физических и психических особенностей организма;</li> <li>- проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфогенетическими методами исследования на организменном уровне.</li> </ul>
ОПК-8.3. Владеет современными научными методами, формами и средствами научных исследований в области физической культуры и спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные научные методы, формы и средства научных исследований в области физической культуры и спорта;</li> <li>- способы исследования генетически обусловленных способностей к мышечной работе различной мощности и разного характера;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать знания генетических закономерностей и наследственных влияний для правильной организации тренировочного процесса, для научно обоснованного моделирования и прогнозирования спортивных возможностей отдельных спортсменов;</li> <li>- оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современными научными методами, формами и средствами научных исследований в области физической культуры и спорта.</li> </ul>

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук,  
доцент Игнатьева Л.Е.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.ДВ.01.01 Оптимизация функционального состояния спортсменов**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физиологии оптимизации функционального состояния спортсмена с учетом контроля уровня и особенностей функциональной подготовленности в избранном виде спорта, и реализация их в своей профессиональной деятельности.

*Задачи дисциплины:*

- знать физиологические механизмы формирования и поддержания оптимального состояния тренированности у спортсменов;
- определять функциональное состояние и уровень работоспособности спортсмена;
- обрабатывать, анализировать и интерпретировать полученные данные по оптимизации функционального состояния и работоспособности спортсменов на этапах тренировочно-соревновательного периода;
- формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.ДВ.01.01 «Оптимизация функционального состояния спортсменов» относится к дисциплинам по выбору учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей анатомии, биохимии, физиологии человека, основ медицинских знаний, спортивной морфологии, спортивной физиологии, спортивной биохимии, спортивной медицины, спортивной метрологии.

Для изучения дисциплины требуется: знание медико-биологических основ спортивной деятельности.

Изучению дисциплины К.М.03.ДВ.01.01 «Оптимизация функционального состояния спортсменов» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности;

К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта;

К.М.03.07(П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.03.ДВ.01.01 «Оптимизация функционального состояния спортсменов» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.03 Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности;

К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов;

К.М.01.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Функциональная подготовленность в спорте:**

Проблема функциональной подготовленности в спорте. Методика и организация исследований функциональной подготовленности спортсменов. Особенности психорегуляции функциональных состояний спортсменов. Области применения и условия эффективности мысленной тренировки спортсменов.

**Раздел 2. Оптимизация функциональной подготовленности организма**

**спортсменов:**

Оптимизация функциональной подготовленности организма спортсменов. Оптимизация функциональных состояний спортсменов в команде. Факторы, определяющие физическую работоспособность в процессе многолетней адаптации к специфической мышечной деятельности. Стрессовые состояния спортсмена. Методы оптимизации функциональных состояний спортсменов при стрессе.

**7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i><b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b></i>	
<b>ПК-2 Способен реализовывать научно-методический подход в решении задач подготовки спортсменов</b>	
ПК-2.1 Проводит анализ проблем по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные тенденции развития физической культуры и массового спорта на современном этапе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выявлять и анализировать актуальные проблемы по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.</li> </ul>
ПК-2.2 Разрабатывает методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные источники информации о спортивной подготовке занимающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта.</li> </ul>
ПК-2.3 Осуществляет руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– новейшие методики, применяемые в спортивной подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта, группе видов спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта.</li> </ul>
<b>ПК-4 Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</b>	
ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные проблемы по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной</li> </ul>

<p>эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</p>	<p>деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта;  уметь:  – проводить системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;  владеть:  – навыками разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</p>
<p>ПК-4.4 Проводит оценку результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды</p>	<p>знать:  – современные методы и технологии диагностики функциональных состояний, характерных для спортсменов, функционального обеспечения спортивной подготовки;  уметь:  – проводить оценку результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды;  владеть:  – навыками проведения оценки результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.03.ДВ.01.02 Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – сформировать у студентов системные теоретико-методические знания и аналитические практико-методические умения и навыки планирования, проведения педагогической деятельности и научных исследований в области тренировочно-спортивных деятельности.

**Задачи дисциплины:**

- ознакомить обучающихся с понятийным аппаратом технологий тренировочно-спортивной деятельности;
- изучить принципы построения занятий в тренировочно-спортивной деятельности;
- овладеть методологией теоретических исследований по проблематике технологий тренировочно-спортивной деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.03.ДВ.01.02 «Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности» относится к дисциплинам по выбору учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание медико-биологических основ спортивной деятельности.

Изучению дисциплины К.М.03.ДВ.01.02 «Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности» предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности;
- К.М.01.03 Технологии научных исследований в сфере физической культуры и спорта;
- К.М.03.07П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.03.ДВ.01.02 «Технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.03.03 Проектирование программы комплексного контроля тренировочной и соревновательной деятельности;

К.М.03.05 Технологии мониторинга функциональной подготовленности спортсменов;

К.М.01.08(П) Производственная практика (научно-исследовательская работа).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Теоретико-методические основы технологий тренировочно-соревновательной деятельности**

Конкретные технологии тренировочно-соревновательной деятельности руководствующиеся рассмотренными положениями, раскрывающими смысл «педагогической технологии». Установочные положения (принципы), для руководства практической работе. Методы физической культуры в контексте их традиционной классификации (методы формирования знаний; методы обучения двигательным действиям; методы развития физических качеств и способностей; методы воспитания личности; методы взаимодействия педагога и занимающихся).

**Раздел 2. Классификация и характеристика технологий тренировочно-соревновательной деятельности**

Общая характеристика основных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности. Классификация физических упражнений. Классификация упражнений по структуре движений. Классификация и характеристика видов спорта, преимущественно развивающих отдельные физические качества. Характеристика видов спорта комплексного, разностороннего воздействия на организм занимающихся. Краткая характеристика нетрадиционных систем физических упражнений.

### 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ПК-2 Способен реализовывать научно-методический подход в решении задач подготовки спортсменов</b>	
ПК-2.1 Проводит анализ проблем по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные тенденции развития физической культуры и массового спорта на современном этапе;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять технологии, повышающие эффективность тренировочно-соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся с применением технологий, повышающих их эффективность.</li> </ul>
ПК-2.2 Разрабатывает методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные источники информации о тренировочно-соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать методические и учебные материалы с описанием технологий, повышающих эффективность тренировочно-соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки методических и учебных материалов с описанием технологий, повышающих эффективность тренировочно-соревновательной деятельности.</li> </ul>
ПК-2.3 Осуществляет руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современные технические средства обучения и технологии повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять руководство внедрением технологий повышающих эффективность тренировочно-соревновательной деятельности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками внедрения технологий, повышающих эффективность тренировочно-соревновательной деятельности.</li> </ul>
<b>ПК-4 Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</b>	
ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные проблемы по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ</li> </ul>

<p>соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</p>	<p>спортивной подготовки по видам спорта;  уметь:  – проводить системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;  владеть:  – навыками разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</p>
<p>ПК-4.2 Разрабатывает методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов</p>	<p>знать:  – электронные образовательные и информационные ресурсы, необходимые для подготовки учебных и методических материалов по совершенствованию спортивной подготовки;  уметь:  – использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций, видеороликов, интерактивных курсов;  владеть:  – навыками разработки методических и учебных материалов с использованием информационных технологий.</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. биол. наук, доцент Киреева Ю.В.

## Аннотация рабочей программы дисциплины К.М.04.01 Методика построения спортивной тренировки

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – овладение магистрантами компетенциями, необходимыми для обеспечения реализации образовательной, проектной, практической и методической деятельности в области физической культуры и спорта

#### **Задачи дисциплины:**

- ознакомить с нормативными, организационными, ресурсными, научно-методическими и информационными требованиями при планировании и разработке программ и комплексных мероприятий;
- сформировать навыки разработки и реализации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с учетом нормативных, организационных, ресурсных, научно-методических и информационных требований;
- научить применять современные методики и образовательные технологии при реализации образовательного процесса в системе профессионального образования;
- освоить навыки реализации научно-методического подхода в решении задач подготовки спортсменов;
- овладеть навыками проектной деятельности в области физической культуры и спорта на основе изучения тенденции развития научного знания, запросов рынка труда, образовательных потребностей и возможностей обучающихся.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.04.01 Методика построения спортивной тренировки относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 3 триместре.

Изучению дисциплины К.М.04.01 «Методика построения спортивной тренировки» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.03.01 «Технологии отбора и ориентации в спорте»;

К.М.04.07 (П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.04.01 «Методика построения спортивной тренировки» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.04.03 «Проектирование программ спортивной подготовки»;

К.М.04.03 «Технология построения тренировочного процесса по видам спорта»;

К.М.04.08 (П) Производственная практика (научно-педагогическая).

К.М.04.09 (Пд) Производственная практика (преддипломная).

### 6. Содержание дисциплины

#### **Раздел 1. Основные вопросы теории и методики спортивной тренировки**

Цель, средства и принципы спортивной тренировки. Структура тренировочного занятия. Закономерности построения тренировочного занятия. Структура тренировочного занятия. Структура и типы микроциклов. Состояние «спортивной формы».

#### **Раздел 2. Периодизация спортивной тренировки**

Построение спортивной тренировки. Периоды подготовки спортсменов. Подготовительный период (период фундаментальной подготовки). Соревновательный период. Переходный период. Содержание и структура различных частей тренировочного занятия.

Нагрузка в тренировочном занятии. Характеристика видов нагрузки. Малая, средняя, значительная, большая нагрузка. Критерии видов нагрузки.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-2. Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</b>	
ОПК-2.1. Знает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при планировании и разработке программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при планировании и разработке программ и комплексных мероприятий;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыком разработки программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности.</li> </ul>
ОПК-2.2. Учитывает нормативные, организационные, ресурсные, научно-методические и информационные требования при организации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства, методы и приемы видов спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить работу по организации комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками применения средств, методов и приемов видов спорта при реализации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности.</li> </ul>
ОПК-2.3. Разрабатывает и реализует программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологию реализации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать средства, методы и приемы видов спорта для реализации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыком реализации программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности.</li> </ul>
ПК-3. Способен реализовывать образовательную, проектную, практическую, методическую деятельность	

<p>ПК-3.1 Осуществляет реализацию образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии</p>	<p>знать: – специфику системы профессионального образования; уметь: – реализовывать образовательный процесс в системе профессионального образования; владеть: – навыками применения современных методик и образовательных технологий при реализации образовательного процесса в системе профессионального образования</p>
<p>ПК-3.2 Осуществляет научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</p>	<p>знать: – технологию научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации образовательных программ высшего образования; уметь: – осуществлять реализацию образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта; владеть: – технологиями разработки научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</p>
<p>ПК-3.3 Осуществляет проектную деятельность, определяет содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся</p>	<p>знать: – тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта; – запросы рынка труда, образовательных потребностей и возможностей обучающихся; уметь: – реализовывать проектную деятельность; – определять содержание и требования к результатам проектной деятельности; владеть: – навыками проектной деятельности в области физической культуры и спорта на основе изучения тенденции развития научного знания, запросов рынка труда, образовательных потребностей и возможностей обучающихся</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчики

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и здоровьесберегающих технологий, канд. пед. наук, доцент Шуняева Е.А.

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Бакулин С.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.02 Организационно-нормативное обеспечение спортивной деятельности**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – овладение магистрантами организационно-нормативными знаниями в сфере спортивной деятельности и умениями использовать их в профессиональной деятельности

*Задачи дисциплины:*

- освоить основные положения организационно-нормативных актов, обеспечивающих спортивную деятельность, принципы и этапы разработки организационно-нормативных актов, регулирующих спортивную деятельность;
- изучить принципы организации трудовых процессов в сфере физической культуры и спорта;
- формировать умения анализировать законодательные и иные организационно-нормативные акты, относящиеся к спортивной деятельности;
- формировать умения принимать решения и совершать профессиональные действия на основе требований отраслевого законодательства.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.02 Организационно-нормативное обеспечение спортивной деятельности относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 3 триместре.

Изучению дисциплины К.М.04.02 Организационно-нормативное обеспечение спортивной деятельности предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 История и методология науки

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта

Освоение дисциплины К.М.04.02 Организационно-нормативное обеспечение спортивной деятельности является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.05 Научно-методическая работа в спортивных организациях

К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки

К.М.04.09(Пд) Производственная практика (преддипломная)

Б3.01 Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Б3.02 Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1 «Международное физкультурно-спортивное право»**

Международно-правовое регулирование сферы физической культуры и спорта. Характеристика международно-правовых актов, регулирующих физическую культуру и спорт. Деятельность международных физкультурно-спортивных организаций. Международное спортивное право.

**Раздел 2 «Организационно-нормативная база в сфере спортивной деятельности в Российской Федерации»**

История развития и регулирования физической культуры и спорта в России. Законы Российской Федерации. Федеральные подзаконные нормативные акты. Законы субъектов Российской Федерации. Деятельность физкультурно-спортивных организаций в Российской Федерации. Федеральные стандарты спортивной подготовки. Положение о проведении

физкультурного и спортивного мероприятия. Положение о Единой всероссийской спортивной классификации. Особенности правового статуса спортивного тренера и педагога. Трудовые отношения в сфере физической культуры и спорта.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-9. Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	
ОПК-9.1. Предлагает новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предлагать новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- новыми подходами и методическими решениями по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>
ОПК-9.2. Применяет установленные нормативно-правовыми актами и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативно-правовые акты и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять установленные нормативно-правовыми актами и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативно-правовыми актами и иными требованиями для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>
ОПК-9.3. Осуществляет методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Трескин М.Ю.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – овладение магистрантами компетенциями, необходимыми для овладения навыками проектирования программ спортивной подготовки в виде целостного тренировочного процесса.

*Задачи дисциплины:*

- ознакомить с приоритетными направлениями развития физической культуры и массового спорта, законами и иными нормативно-правовые документами, регламентирующие деятельность организаций в области физической культуры и спорта;
- сформировать навыки эффективного планирования деятельности организации и разработки проектов в области физической культуры и спорта;
- научить применять современные методики и образовательные технологии при реализации образовательной, проектной, практической и методической деятельности;
- освоить навыки проведения системного анализа основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;
- овладеть навыками разработки методических и учебных материалов по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки относится к базовым дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 6 триместре.

Изучению дисциплины К.М.04.01 Проектирование программ спортивной подготовки предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.04.01 «Методика построения спортивной тренировки»;

К.М.04.07 (П) Производственная практика (профессионально-ориентированная).

Освоение дисциплины К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.04.04 «Технология построения тренировочного процесса по видам спорта»;

К.М.04.08 (П) Производственная практика (научно-педагогическая).

К.М.04.09 (Пд) Производственная практика (преддипломная).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Основные элементы проектирования программ подготовки спортсменов**

Структурные элементы проектирования программ подготовки спортсменов.

Построение отдельных тренировочных занятий. Типы и формы организации занятий. Построение программ микроциклов. Построение программ мезоциклов. Построение программ макроциклов.

**Раздел 2. Спортивная подготовка как многолетний процесс**

Общая структура многолетней спортивной подготовки. Построение подготовки спортсменов в течение года. Проектирование программ спортивной подготовки в Олимпийских (четырёхлетних) циклах. Основные документы проектирования системы спортивной подготовки.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ОПК-1. Способен планировать деятельность организации в области физической культуры и массового спорта</b>	
ОПК-1.1. Знает приоритетные направления развития физической культуры и массового спорта, законы и иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность организаций в области физической культуры и спорта; сущность проектирования	знать: – приоритетные направления развития физической культуры и массового спорта, законы и иные нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность организаций в области физической культуры и спорта; уметь: – составлять программы микроциклов, мезоциклов и макроциклов; владеть: – навыком проектирования программ подготовки спортсменов
ОПК-1.2. Определяет основные формы эффективного планирования деятельности организации и разрабатывать проекты в области физической культуры и спорта, образования и науки	знать: – основные формы эффективного планирования деятельности организации; уметь: – разрабатывать проекты в области физической культуры и спорта, образования и науки; владеть: – навыками эффективного планирования деятельности организации и разработки проектов в области физической культуры и спорта
ОПК-1.3. Владеет методологией и технологией планирования и проектирования различных видов деятельности в области физической культуры и массового спорта	знать: – методологию и технологию планирования в области физической культуры и массового спорта; уметь: – проектировать различные виды деятельности в области физической культуры и массового спорта; владеть: – навыком планирования и проектирования различных видов деятельности в области физической культуры и массового спорта
<b>ПК-3. Способен реализовывать образовательную, проектную, практическую, методическую деятельность</b>	
ПК-3.1 Осуществляет реализацию образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии	знать: – специфику системы профессионального образования; уметь: – реализовывать образовательный процесс в системе профессионального образования; владеть: – навыками применения современных методик и образовательных технологий при реализации образовательного процесса в системе профессионального образования
ПК-3.2 Осуществляет научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта	знать: – технологию научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации образовательных программ высшего образования; уметь: – осуществлять реализацию образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта

	<p>спорта;          владеть:          – технологиями разработки научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</p>
<p>ПК-3.3 Осуществляет проектную деятельность, определяет содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся</p>	<p>знать:          – тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта;          – запросы рынка труда, образовательных потребностей и возможностей обучающихся;          уметь:          – реализовывать проектную деятельность;          – определять содержание и требования к результатам проектной деятельности;          владеть:          навыками проектной деятельности в области физической культуры и спорта на основе изучения тенденции развития научного знания, запросов рынка труда, образовательных потребностей и возможностей обучающихся</p>
<p><b>ПК-4. Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</b></p>	
<p>ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта</p>	<p>знать:          – основные проблемы по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;          уметь:          – разрабатывать и реализовывать программы спортивной подготовки по видам спорта;          владеть:          – навыком системного анализа основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности</p>
<p>ПК-4.2 Разрабатывает методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов</p>	<p>знать:          – основные требования к разработке методических и учебных материалов в области физической культуры и спорта;          уметь:          – проводить разработку методических и учебных материалов по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов;          владеть:          – навыками применения цифровых технологий в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов.</p>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчики

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и здоровьесберегающих технологий, канд. пед. наук, доцент Шуняева Е.А.

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук,

доцент Бакулин С.В.

Заместитель директора ГАУ ДО РМ «Спортивная школа Олимпийского резерва по зимним видам спорта» г. о. Саранск Сергеев М.Г.

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### К.М.04.04 Технология построения тренировочного процесса по видам спорта

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

#### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – формирование комплекса профессионально-педагогических компетенций для реализации методик и технологий построения тренировочного процесса.

**Задачи дисциплины:**

- создать теоретическую базу по основам спортивной тренировки;
- сформировать навыки применения методик и реализации технологий построения тренировочного процесса;
- сформировать систему научно-методических знаний, умений и навыков в системе подготовки спортсмена по видам спорта.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.04.04 Технология построения тренировочного процесса по видам спорта относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Изучению дисциплины К.М.04.04 Технология построения тренировочного процесса по видам спорта предшествует освоение дисциплин (практик):

ФТД.01 Технология фитнес-тренировки

К.М.03.01 Технологии отбора и ориентации в спорте

К.М.04.01 Методика построения спортивной тренировки

Освоение дисциплины К.М.04.04 Технология построения тренировочного процесса по видам спорта является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.04.03 Проектирование программ спортивной подготовки.

К.М.04.09(Пд) Производственная практика (преддипломная).

#### 6. Содержание дисциплины

##### Раздел 1 «Построение современной спортивной тренировки»

Построение многолетней подготовки – многолетний управляемый процесс. Планирование подготовки на различные временные периоды. Требования, предъявляемые к планированию.

Технология планирования. Основные документы планирования и учёта. Требования, предъявляемые к документам планирования и учёта. Документы учёта и контроля. Спортивная пригодность и ориентация. Спортивная селекция. Определение биологического возраста и его влияние на спортивные достижения. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена. Понятие об одаренности и способностях занимающихся. Принципы отбора. Основные этапы отбора.

##### Раздел 2 «Система управления тренировочным процессом по видам спорта»

Условия реализации системного подхода. Определение стратегии спортивной тренировки. Анализ и прогнозирование спортивных результатов. Динамика спортивных результатов в годичном макроцикле. Энергетическая производительность в циклических упражнениях. Распределение тренировочной нагрузки в годичном макроцикле в зависимости

от вида спорта. Основные тренировочные упражнения. Динамика адаптационных процессов в тренировочном процессе по видам спорта.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ОПК-9. Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	
ОПК-9.1. Предлагает новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предлагать новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- новыми подходами и методическими решениями по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>
ОПК-9.2. Применяет установленные нормативно-правовыми актами и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативно-правовые акты и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять установленные нормативно-правовыми актами и иные требования для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативно-правовыми актами и иными требованиями для организации и методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>
ОПК-9.3. Осуществляет методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.</li> </ul>
<b>ПК-2 Способен реализовывать научно-методический подход в решении задач подготовки спортсменов</b>	
ПК-2.1 Проводит анализ проблем по вопросам совершенствования организации	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемы по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</li> </ul>

<p>тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p>	<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить анализ проблем по вопросам совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками совершенствования организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.</li> </ul>
<p>ПК-2.2 Разрабатывает методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта.</li> </ul>
<p>ПК-2.3 Осуществляет руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы руководства внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять руководство внедрением новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками руководства внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта.</li> </ul>
<p><b>ПК-3 Способен реализовывать образовательную, проектную, практическую, методическую деятельность</b></p>	
<p>ПК-3.1 Осуществляет реализацию образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы реализации образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять реализацию образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками реализации образовательного процесса в системе профессионального образования, используя современные методики и образовательные технологии.</li> </ul>

<p>ПК-3.2 Осуществляет научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками осуществления научно-методического и учебно-методического обеспечения реализации образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
<p>ПК-3.3 Осуществляет проектную деятельность, определяет содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы проектной деятельности, определения содержания и требований к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять проектную деятельность, определяет содержание и требования к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками определения содержания и требований к результатам проектной деятельности на основе изучения тенденции развития научного знания в области физической культуры и спорта, запросов рынка труда и образовательных потребностей и возможностей обучающихся.</li> </ul>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Трескин М.Ю.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
К.М.04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – становление базовой общенаучной компетенции магистра для решения образовательных и исследовательских задач, ориентированных на научно-исследовательскую и практическую деятельность; осуществление методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и спорта; формирование базы информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществление ее анализа и учета в процессе подготовки спортсменов.

*Задачи дисциплины:*

- установление и опора исследований в области физической культуры и спорта на межпредметные связи;
- овладение методами получения современного научного знания;
- овладения методами научного исследования (сбор, анализ, систематизация и использование информации по актуальным проблемам физической культуры и спорта);
- активизация самостоятельной деятельности, включение в исследовательскую работу;
- формирование общенаучного мировоззрения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 «История и методология науки»

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта.

Освоение дисциплины К.М.04.05 Диагностика психологического состояния спортсменов является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта;

К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов;

К.М.04.06 Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности;

К.М.04.08(П) Производственная практика (научно-педагогическая).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Психологические состояния в спорте:**

Понятие психологические состояния в спорте. Задачи диагностики психических состояний. Методы определения психических состояний. Функции тренера по выявлению психологических состояний. Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности.

## Раздел 2. Методология диагностики предстартового состояния спортсмена:

Понятие предстартовое состояние в спорте. Виды и типы предстартовых состояний спортсменов. Психическое напряжение и перенапряжение в спорте. Динамика предсоревновательного психического напряжения. Психическая готовность к соревнованиям. Понятие психическая готовность к соревнованию. Основные соревновательные состояния спортсмена. Способы диагностики психической готовности к соревнованию.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>ОПК-9. Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	
ОПК-9.1. Предлагает новые подходы и методические решения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта.	знать: - особенности психического состояния занимающихся; - основные методы диагностики психического состояния занимающихся. уметь: - осуществлять психологический анализ и контроль за психическим состоянием занимающихся; владеть: - навыками психологического анализа и синтеза, как методом исследования.
ОПК-9.2 Применяет установленные нормативно-правовыми актами и иные требования для организации методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	знать: - нормативно-правовые акты в области физической культуры и массового спорта уметь: - анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода; владеть: - способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения - способами критического анализа научной информации;
ОПК-9.3. Осуществляет методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	знать: - различные варианты методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта - уметь: - анализировать возможность методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта; владеть: - способностью оценивать эффективность методическое сопровождение проблемы с помощью системного подхода.
<b>ПК-1. Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	
ПК-1.1. Формирует научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	знать: - научно-методические, медико-биологические и психолого-педагогические основы подготовки спортсменов; уметь: - осуществлять формирование умений в научно-

	методическом, медико-биологическом и психолого-педагогическом аспектах подготовки спортсменов; владеть: – информацией об особенностях подготовки спортсменов.
ПК-1.2 Проводит анализ научно-методической, медико-биологической и психолого-педагогической базы данных по вопросам подготовки спортсменов	знать: - роль научно-методических, медико-биологических и психолого-педагогических основ подготовки спортсменов; уметь: - анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода; владеть: - способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения способами критического анализа научной информации.
ПК-1.3 Учитывает научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	знать: - различные варианты методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта; - уметь: применять основные направления подготовки спортсменов; владеть: - способностью оценивать эффективность методического сопровождение проблемы с помощью системного подхода.

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Кокурин А.В.

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### К.М.04.06 Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

#### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – становление базовой общенаучной компетенции магистра для решения образовательных и исследовательских задач, ориентированных на научно-исследовательскую и практическую деятельность; осуществление методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и спорта; формирование базы информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществление ее анализа и учета в процессе подготовки спортсменов.

#### **Задачи дисциплины:**

- установление и опора исследований в области физической культуры и спорта на межпредметные связи;
- овладение методами получения современного научного знания;
- овладения методами научного исследования (сбор, анализ, систематизация и использование информации по актуальным проблемам физической культуры и спорта);
- активизация самостоятельной деятельности, включение в исследовательскую работу;
- формирование общенаучного мировоззрения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.04.06 Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности относится к обязательным дисциплинам учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.04.06 «Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности» предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.01.01 История и методология науки;
- К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта;
- К.М.04.05 «Диагностика психологического состояния спортсменов».

Дисциплина К.М.04.06 «Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта;
- К.М.03.02 Медико-биологические основы спортивной деятельности;
- К.М.04.04 Технология построения тренировочного процесса по видам спорта;
- К.М.04.08(П) Производственная практика (научно-педагогическая).

#### 6. Содержание дисциплины

##### **Раздел 1. Психологическая подготовка в тренировке спортсмена:**

Понятие «Психологическое обеспечение спортивной деятельности». Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности. Понятие и сущность психопедагогики спорта. Психология воздействия в спорте. Требования к психодиагностическим методикам. Классификация психодиагностических методик. Психограмма спортсмена.

## Раздел 2. Психологическое сопровождение тренировочной деятельности:

Понятие психологической подготовки в спорте. Виды психологической подготовки в спорте. Основные направления психологической подготовки в спорте. Формирование мировоззрения. Внушение и самовнушение. Подготовка участием в деятельности. Контроль и самоконтроль. Возможности физиотерапии, психофармакологии и электростимуляции в психологической подготовке спортсмена.

### 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>ОПК-3. Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности</b>	
ОПК-3.1. Использует направления физкультурно-спортивной деятельности для развития и саморазвития человека, освоения им социального опыта, культуры, ценностей и норм общества	знать: - особенности развития и саморазвития человека; - основные направления физкультурно-спортивной деятельности. уметь: - применять основные направления физкультурно-спортивной деятельности. владеть: - опытом социализации посредством культуры, ценностей и норм общества.
ОПК-3.2. Учитывает роль физкультурно-спортивной деятельности в направленном физическом и духовном совершенствовании человека	знать: - роль физкультурно-спортивной деятельности; уметь: - анализировать физическое и духовное совершенствование человека владеть: - способностью учитывать роль физкультурно-спортивной деятельности в совершенствовании человека
ОПК-3.3. Использует материальные и духовные ценности общества при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности для физического совершенствования человека	знать: - материальные и духовные ценности общества уметь: - анализировать использование материальных и духовных ценности общества при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности владеть: - способностью оценивать эффективность методического сопровождение проблемы физического совершенствования человека с помощью системного подхода.
<b>ПК-4. Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</b>	
ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.	знать: - методики повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности; - программы спортивной подготовки по видам спорта; уметь: - анализировать основные проблемы повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности; - реализовывать программ спортивной подготовки по видам спорта. владеть: - разработками и реализации программ спортивной

	подготовки по видам спорта.
ПК-4.2 Разрабатывает методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать электронные документы, презентации, видеоролики, интерактивные курсы;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью транслировать методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки.</li> </ul>
ПК-4.3 Проводит индивидуальные или групповые консультации, лекции и семинары для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы совершенствования спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать видеосвязь или специализированные информационно-коммуникационные технологии;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью к осуществлению видеотрансляций;</li> <li>- способностью к проведению индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров.</li> </ul>
ПК-4.4 Проводит оценку результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать результаты медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью к проведению оценки результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.</li> </ul>

## 8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

## 9. Разработчик

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук, доцент Кокурин А.В.

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### К.М.04.ДВ.01.01 Психологические технологии разрешения конфликтных ситуаций в спорте

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| 1. <b>Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| 2. <b>Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| 3. <b>Форма обучения:</b>         | Заочная   |

#### 4. Цель и задачи изучения дисциплины

**Цель изучения дисциплины** – формирование знаний о психологических технологиях разрешения конфликтных ситуаций, умений предупреждать и регулировать неблагоприятные психические состояния в спортивной деятельности. Становление базовой общенаучной компетенции магистра для решения образовательных и исследовательских задач, ориентированных на научно-исследовательскую и практическую деятельность; осуществление методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и спорта; формирование базы информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществление ее анализа и учета в процессе подготовки спортсменов.

#### **Задачи дисциплины:**

- углубление и расширение знания о психологической подготовке в спорте, о психологических технологиях использования конфликтных ситуаций;
- актуализация и совершенствование умения использовать психологические знания в спортивной деятельности, умения управлять собственным поведением и поведением других людей в условиях конфликта;
- овладение методами получения современного научного знания. Овладения методами научного исследования (сбор, анализ, систематизация и использование информации по актуальным проблемам физической культуры и спорта);
- активизация самостоятельной деятельности, включение в исследовательскую работу;
- формирование общенаучного мировоззрения.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

#### 5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина К.М.04.ДВ.01.01 «Психологические технологии разрешения конфликтных ситуаций в спорте» относится к дисциплинам по выбору.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 7 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.04.ДВ.01.01 Психологические технологии разрешения конфликтных ситуаций в спорте предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 «История и методология науки»;

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта;

К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта;

К.М.04.06 Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности;

К.М.04.08(П) Производственная практика (научно-педагогическая).

Дисциплина К.М.04.ДВ.01.01 Психологические технологии разрешения конфликтных ситуаций в спорте является необходимой основой для последующего изучения дисциплин, (практик):

К.М.04.09(Пд) Производственная практика (преддипломная).

## 6. Содержание дисциплины

### Раздел 1. Понятие конфликта

Понятие конфликта. Процесс развития и разрешения противоречивости целей, отношений и действий людей. Социология конфликта. Конфликт, как источник изменений в обществе. Причины конфликтов. Способы устранения конфликтов.

### Раздел 2. Виды конфликта в спортивной деятельности:

Понятие о психологической подготовке спортсмена. Виды психологической подготовки в спорте. Личностный (ролевой) конфликт. Межличностный конфликт. Межгрупповой конфликт. Конфликт принадлежности. Конфликт с внешней средой. Конфликт в спортивной группе.

## 7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<i>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</i>	
<b>УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий</b>	
УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения	знать: - особенности психического состояния занимающихся; - основные методы выявления проблемной ситуации. уметь: - осуществлять психологический анализ и контроль за психическим состоянием занимающихся; - выявлять проблемную ситуацию. владеть: - навыками психологического анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения
УК-1.2. Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации	знать: - стратегии действий по разрешению проблемной ситуации уметь: - анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода; владеть: - способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения - способами критического анализа научной информации;
УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества и риски	знать: - различные варианты методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта - уметь: - анализировать возможность методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта; владеть: - способностью оценивать эффективность методического сопровождение проблемы с помощью системного подхода.
УК-1.4. Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки стратегии действий по решению проблемной ситуации	знать: - стратегию действий по решению проблемной ситуации уметь: - формулировать собственные суждения и оценки стратегии действий; владеть: способностью оценивать эффективность методическое сопровождение проблемы с помощью системного подхода.

<p>УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации</p>	<p>знать:  - практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации  - уметь:  - оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации;  владеть:  способностью определять практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации</p>
<p><b>ПК-4 Способен проводить консультирование лиц, осуществляющих спортивную подготовку, по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</b></p>	
<p>ПК-4.1 Проводит системный анализ основных проблем по вопросам повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности, разработки и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</p>	<p>знать:  - методики повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;  - программы спортивной подготовки по видам спорта;  уметь:  - анализировать основные проблемы повышения эффективности тренировочно-соревновательной деятельности;  - реализовывать программы спортивной подготовки по видам спорта.  владеть:  – разработками и реализации программ спортивной подготовки по видам спорта.</p>
<p>ПК-4.2 Разрабатывает методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов</p>	<p>знать:  - методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки;  уметь:  - разрабатывать электронные документы, презентации, видеоролики, интерактивные курсы;  владеть:  - способностью транслировать методические и учебные материалы по совершенствованию спортивной подготовки.</p>
<p>ПК-4.3 Проводит индивидуальные или групповые консультации, лекции и семинары для тренеров по вопросам совершенствования спортивной подготовки с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций.</p>	<p>знать:  - методы совершенствования спортивной подготовки;  уметь:  - использовать видеосвязь или специализированные информационно-коммуникационные технологии;  владеть:  - способностью к осуществлению видеотрансляций;  - способностью к проведению индивидуальных или групповых консультаций, лекций и семинаров для тренеров.</p>
<p>ПК-4.4 Проводит оценку результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной</p>	<p>знать:  - методы медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки;  уметь:  - оценивать результаты медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки;  владеть:</p>

команды.	- способностью к проведению оценки результатов медико-биологического и функционального обеспечения спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.
----------	--

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук,  
доцент Кокурин А.В.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**К.М.04.ДВ.01.02 Регуляция психофизиологических состояний в спорте**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>1. Направление подготовки:</b> | Физическая культура                                   |
| <b>2. Профиль подготовки</b>      | Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки |
| <b>3. Форма обучения:</b>         | Заочная   |

**4. Цель и задачи изучения дисциплины**

*Цель изучения дисциплины* – формирование знаний о психофизиологической регуляции, умений предупреждать и регулировать неблагоприятные психические состояния в спортивной деятельности. Становление базовой общенаучной компетенции магистра для решения образовательных и исследовательских задач, ориентированных на научно-исследовательскую и практическую деятельность; осуществление методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и спорта; формирование базы информации (научно-методической, медико-биологической, психолого-педагогической), осуществление ее анализа и учета в процессе подготовки спортсменов

**Задачи дисциплины:**

- углубление и расширение знания о психологической подготовке в спорте, о психофизиологической регуляции;
  - актуализация и совершенствование умения использовать психологические знания в спортивной деятельности, умения управлять собственным поведением и поведением других людей в условиях спортивной деятельности;
  - овладение методами получения современного научного знания, овладения методами научного исследования (сбор, анализ, систематизация и использование информации по актуальным проблемам физической культуры и спорта);
  - активизация самостоятельной деятельности, включение в исследовательскую работу;
  - формирование общенаучного мировоззрения.
- В том числе воспитательные задачи:
- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
  - формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

**5. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина К.М.04.ДВ.01.02 «Регуляция психофизиологических состояний в спорте» относится к дисциплинам по выбору.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 7 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ научно-методической деятельности на основе междисциплинарного подхода в области физической культуры и массового спорта.

Изучению дисциплины К.М.04.ДВ.01.02 «Регуляция психофизиологических состояний в спорте» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.01.01 «История и методология науки»;

К.М.01.02 Философские и социальные проблемы физической культуры и спорта;

К.М.04.05 «Диагностика психологического состояния спортсменов»

(практик):

К.М.01.04 Проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта;

К.М.03.04 Методы диагностики функционального состояния спортсменов;

К.М.04.06 Психологическое сопровождение тренировочной и соревновательной деятельности;

К.М.04.08(П) Производственная практика (научно-педагогическая).

Является необходимой основой для последующего изучения дисциплин

К.М.04.09(Пд) Производственная практика (преддипломная).

**6. Содержание дисциплины**

**Раздел 1 Психофизиологические состояния в спорте:**

Понятие психофизиологические состояния в спорте. Понятие психофизиологическая регуляция и саморегуляция Уровни психофизиологической регуляции. Понятие стресса. Причины стресса.

Влияние стресса на человека. Понятие о методах регуляции психофизиологических состояний. Классификация методов регуляции психофизиологических состояний. Понятие о методе релаксации. Характеристика метода релаксации. Понятие о методе аутогенная тренировка. Характеристика метода аутогенная тренировка.

Принципы аутогенной тренировки. Понятие медитация. Классификация медитаций. Нейролингвистическое программирование Методы определения психофизиологических состояний. Функции тренера по выявлению психофизиологических состояний.

## **Раздел 2. Методология диагностики предстартового состояния спортсмена**

Понятие о психологической подготовке спортсмена. Виды психологической подготовки в спорте. Понятие о психофизическом состоянии спортсмена. Классификация психофизиологических состояний спортсмена. Неблагоприятные психофизиологические состояния спортсмена. Регуляция в спортивной деятельности. Особенности применения методов психофизиологической регуляции в спорте. Методы психофизиологической регуляции, применяемые в спорте. Средства регуляции в спорте. Понятие психическая готовность к соревнованию. Основные соревновательные состояния спортсмена. Способы формирования психической готовности к соревнованию. Виды эмоциональных предстартовых состояний спортсмена. Характеристика эмоциональных предстартовых состояний спортсмена. Способы регуляции эмоциональных предстартовых состояний спортсмена. Способы развития навыков регуляции спортсмена. Психотехнические игры в спорте. Способы регуляции эмоциональных предстартовых состояний спортсмена. Способы развития навыков саморегуляции спортсмена.

## **7. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</b>	
УК-1.1. Выявляет проблемную ситуацию в процессе анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности психического состояния занимающихся;</li> <li>- основные методы выявления проблемной ситуации.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять психологический анализ и контроль за психическим состоянием занимающихся;</li> <li>- выявлять проблемную ситуацию.</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками психологического анализа проблемы и определяет этапы ее разрешения</li> </ul>
УК-1.2. Находит, критически анализирует и отбирает информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стратегии действий по разрешению проблемной ситуации</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения</li> <li>- способами критического анализа научной информации;</li> </ul>
УК-1.3. Рассматривает различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивает их преимущества	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различные варианты методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать возможность методического</li> </ul>

и риски	сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта; владеть: - способностью оценивать эффективность методическое сопровождение проблемы с помощью системного подхода.
УК-1.4. Грамотно, логично, аргументированно формулирует собственные суждения и оценки стратегии действий по решению проблемной ситуации	знать: - стратегию действий по решению проблемной ситуации уметь: - формулировать собственные суждения и оценки стратегии действий; владеть: способностью оценивать эффективность методическое сопровождение проблемы с помощью системного подхода.
УК-1.5. Определяет и оценивает практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации	знать: - практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации - уметь: - оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации; владеть: способностью определять практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации
<b>ПК-1. Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>	
ПК-1.1. Формирует научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	знать: - научно-методические, медико-биологические и психолого-педагогические основы подготовки спортсменов; уметь: - осуществлять формирование умений в научно-методическом, медико-биологическом и психолого-педагогическом аспектах подготовки спортсменов; владеть: - информацией об особенностях подготовки спортсменов.
ПК-1.2 Проводит анализ научно-методической, медико-биологической и психолого-педагогической базы данных по вопросам подготовки спортсменов	знать: - роль научно-методических, медико-биологических и психолого-педагогических основ подготовки спортсменов; уметь: - анализировать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения проблемной ситуации на основе системного подхода; владеть: - способностью отбирать необходимую для выработки стратегии действий информацию для разрешения способами критического анализа научной информации;
ПК-1.3 Учитывает научно-методическую, медико-биологическую и психолого-педагогическую базу информации в процессе подготовки спортсменов	знать: - различные варианты методического сопровождения деятельности в области физической культуры и массового спорта; - уметь: применять основные направления подготовки спортсменов;.

	владеть: - способностью оценивать эффективность методического сопровождение проблемы с помощью системного подхода.
--	---

**8. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч.

**9. Разработчик**

МГПУ им. М. Е. Евсевьева, кафедра спортивных дисциплин и туризма, канд. пед. наук,  
доцент Кокурин А.В.