

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
доцент П.В. Левин


«30» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИИ ПОСТРОЕНИЯ И УПРАВЛЕНИЯ
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ»

Уровень основной образовательной программы: магистратура

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Профессионально-педагогическая деятельность в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Срок освоения ООП: нормативный – 2 года

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра: ТМВФ и спортивных дисциплин

Рязань, 2019

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины являются формирование у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть устойчивым на рынке труда.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» Б1.В.03 относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины и модули:

- Современные проблемы теории и методике физической культуры.
- Методология и методы научного исследования.
- Проектирование основных и дополнительных образовательных программ.

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

- Методика и технология физического воспитания (по видам спорта).
- Преддипломная практика.
- Выполнение и защита выпускной квалификационной работы.

2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих универсальных (УК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.3. Применяет методологию системного подхода, пользуется универсальными интеллектуальными операциями с целью суммирования, оценки и творческого использования информации, использует основные принципы общенаучного мышления при анализе социальных, природных и гуманитарных явлений; современные теоретические концепции и объяснительные модели при анализе и решении нестандартных творческих задач.	Знать 1. основы организации и методики занятий физическими упражнениями с целью составления эффективной технологии физического воспитания; 2. принципы использования средств, методов и форм физического воспитания различных категорий населения; 3. принципы решения нестандартных творческих задач, возникающих в процессе физического воспитания различных категорий населения;	Уметь 1. использовать полученные знания, применяет методологию системного подхода; 2. использовать и адаптировать в определенных условиях передовой педагогический опыт ведущих учителей ФК и тренеров по виду спорта; 3. использовать основные принципы общенаучного мышления при анализе социальных, природных и гуманитарных явлений, оказывающих непосредственное влияние на процесс физического воспитания различных категорий населения.	Владеть 1. накопленным опытом в выборе средств и методов обучения и воспитания спортсменов, проявлению коммуникативных, конструктивных и организаторских умений тренера по виду спорта. 2. способами дозировки физических нагрузок для различных категорий занимающихся; 3. навыками для решения конкретных практических и творческих задач в профессиональной деятельности тренера-преподавателя;

2.	<p>УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</p>	<p>УК-3.2. Организует и корректирует работу команды, в т.ч. на основе коллегиальных решений и соблюдает этические нормы взаимодействия, принимает ответственность за общий результат; организует презентацию результатов работы команды.</p>	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. основы теории технологии обучения для организации и оперативной коррекции процесса физического воспитания различных категорий населения; 2. технологию определения медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся; 3. формы, средства и методы организации презентации результатов работы команды. 	<p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. использовать в практической деятельности современные научные теоретические знания в вопросах организации физической культуры 2. составлять программу физической подготовки различных категорий занимающихся, вносить оперативные коррективы в работу команды; 3. использовать в профессиональной деятельности коммуникативные умения в процессе принятия коллегиальных решений. 	<p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. владеть навыками организации и проведения различного типа занятий по физическому воспитанию, в том числе организуемых в командной форме взаимодействия; 2. практическими способами реализации рациональных режимов оздоровительно-тренировочных занятий; 3. этические нормы взаимодействия с коллективом в процессе физического воспитания различных категорий населения.
----	---	--	---	---	---

3.	<p>УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>	<p>УК-6.3. Критически оценивает личные ресурсы для эффективного их использования в деятельности</p>	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации. 2. объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания занимающихся. 3. этапы и порядок обучения двигательным действиям, основы проведения рефлексии. 	<p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. критически оценивать результаты деятельности, проводить самоанализ и рефлекссию. 2. применять технологию диагностирования занимающихся различных возрастных групп с целью определения динамики прироста показателей. 3. создавать образовательную среду на занятии по избранному виду спорта. 	<p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о собственных достижениях и достижениях занимающихся. 2. методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся с учетом занимающихся периодов. 3. системой подбора эффективных средств и дозирования физической нагрузки на тренировочном занятии определенной направленности.
----	--	---	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр № 3
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)		34	34
В том числе:			
Лекции (Л)		12	12
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)		22	22
Лабораторные работы (ЛР)			
Иные виды занятий			
2. Самостоятельная работа студента (всего)		110	110
3. Курсовая работа	КП		
	КР		
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)		
	экзамен (Э)	Э	Э
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	144	144
	зач. ед.	4	4

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
3	1	Методология в системе спортивной тренировки	<p>Методология создания теории физической культуры.</p> <p>Теория физического воспитания и спортивной тренировки.</p> <p>Методика физического воспитания и спортивной тренировки.</p> <p>Базовые принципы, средства и методы спортивной тренировки.</p> <p>Формы и способы организации процесса спортивной тренировки на различных этапах подготовки.</p>
3	2	Технологии построения и управления спортивной тренировкой	<p>Основные термины и понятия в сфере технологии спортивной деятельности.</p> <p>Этапы реализации педагогической технологии в сфере построения спортивной тренировки.</p> <p>Современные технологии обучения двигательным действиям детей и подростков.</p> <p>Современные технологии воспитания физических способностей занимающихся.</p> <p>Технологии организации спортивной тренировки на этапе начальной подготовки.</p> <p>Технологии организации спортивной тренировки на этапе начальной спортивной специализации.</p> <p>Технологии организации спортивной тренировки на этапе углубленной спортивной специализации.</p> <p>Технологии организации спортивной тренировки на этапе высших спортивных достижений.</p> <p>Современные направления и инновационные системы спортивной тренировки.</p> <p>Специфика профессиональной деятельности специалистов в избранном виде спорта.</p> <p>Технологии эффективного управления спортивной тренировкой.</p>

2.2. Перечень лабораторных работ (при наличии), примерная тематика курсовых работ (при наличии)

Лабораторных и курсовых работ не запланировано.

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 110 часов.

Видами СРС являются:

Подготовка к практическим занятиям.

Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.

Работа со справочными материалами.

Выполнение индивидуальных домашних заданий.

Подготовка к экзамену.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

(см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине (при необходимости)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Железняк, Юрий Дмитриевич. Методика обучения физической культуре [Текст] : учебник / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка. - Москва : Академия, 2013. - 256 с.
2	Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 480 с.

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2

1	Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Методика обучения физической культуре в начальной школе [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата: [в 2 ч.]. Ч. 1 / Д. С. Алхасов. - Москва : Юрайт, 2018. - 254 с.
2	Барчуков, Игорь Сергеевич. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика [Текст] : учебное пособие / И. С. Барчуков, А. А. Нестеров; под ред. Н. Н. Маликова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2008. - 528 с.
3	Вайнбаум, Яков Семенович. Дозирование физических нагрузок школьников [Текст] / Я. С. Вайнбаум. - Москва : Просвещение, 1991. - 64с.
4	Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: [учебник]. - М.: Академия, 2013. - 288 с.(есть и пред. изд.)
5	Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин. - М. : Советский спорт, 2013. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0616-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210448 (05.05.2019).

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru>(дата обращения: (15.04. 2018).

2. EastView [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.coni>(дата обращения: 15.04.2018).

3. RoyalSocietyofChemistryjournals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.04. 2018).

4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com>(дата обращения: 15.11.2017).

5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа:<http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).

6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red(дата обращения: 15.04.2018).

7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения:

15.04.2018).

9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата обращения: 20.04.2018).

10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2019).

2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.04.2019).

3. EqWorld. TheWorldofMathematicalEquations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2019).

4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2019).

5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).

7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 08.2019).

8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: <http://www.gumer.info/bibliotekBuks/Pedagog/resspenc/mdexphp>, свободный (дата обращения: 15. 08.2019).

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 08.2019).

5.5. Периодические издания

1. Журнал «Теория и практика физической культуры»

2. Журнал «Физическая культура в школе»

3. Журнал «Физкультура и спорт»

4. Журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта»

<http://lesgaft-notes.spb.ru/> (28.08.2019)

5. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций – видеопроектор, экран настенный.

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MSOffice: Word, Excel, PowerPoint и др.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично фиксировать основные положения, выводы, обобщения; пометить важные мысли, выделять термины. Проверка терминов, понятий с помощью словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности. Пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.). прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, выполнение практических заданий по подготовке к сдаче технических нормативов и др.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам, написание конспекта части урока по заданию преподавателя.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая