

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

«31» августа 2020 г.

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

Уровень основной профессиональной образовательной программы:

магистратура

Направление подготовки: 44.04.01 Профессионально-педагогическая  
деятельность в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: заочная

Срок освоения ОПОП: нормативный – 2 года 6 месяцев

Факультет ФКиС

Кафедра теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин

Рязань 2020

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (квалификация (степень) «магистр»), утвержденный приказом Минобрнауки России от 2.11.2014 № 1505
- 2) Учебный план направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование направленность (профиль) Профессионально-педагогическая деятельность в сфере физической культуры и спорта», одобрен Ученым советом РГУ имени С.А. Есенина» от « 30 мая » 2018 г. Протокол № 12

Рабочая программа учебной дисциплины «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» одобрена на заседании кафедры ТиМФВиСД от «31» августа 2020 г. Протокол № 1.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ А.К. Пунякин

Рабочая программа учебной дисциплины «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» одобрена Учебно-методическим советом факультета физической культуры и спорта от «31» августа 2020 г. Протокол № 1.

Председатель Учебно-методического  
совета факультета \_\_\_\_\_ А.А. Никулин

Разработчики: \_\_\_\_\_ доцент, к.п.н., С.Б. Петрыгин

\_\_\_\_\_ доцент, к.п.н. Т.В. Иванникова

## **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» являются формирование компетенций в области теории и методики физического воспитания учащихся школ, закономерности процесса обучения и воспитания, формирование здорового образа жизни учащейся молодежи.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

**2.1. Дисциплина «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» относится к обязательным дисциплинам Вариативной части Блока 1 (Б1.В.ОД.6).**

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

- Спортивная подготовка в избранном виде спорта.
- Современные проблемы теории и методики физической культуры

**2.3. Перечень последующих учебных дисциплин и модулей, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной учебной дисциплиной:**

- Теория и технология медико-биологических измерений в спорте.
- Методика и технология физического воспитания (по видам спорта).
- Преддипломная практика.

## 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 общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-5	способностью самостоятельно приобретать и использовать, в том числе с помощью информационных технологий, новые знания и умения, непосредственно не связанные со сферой профессиональной деятельности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся.</li> <li>2. Возрастные особенности детей и подростков.</li> <li>3. Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности.</li> <li>2. Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью.</li> <li>3. Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологией коррекции физической подготовленности и развития организма.</li> <li>2. Основами физической подготовки различных категорий населения.</li> <li>3. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.</li> </ol>
2.	ПК-11	готовностью к разработке и реализации методических моделей, методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации.</li> <li>2. Объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся.</li> <li>3. Этапы и порядок обучения двигательным действиям.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использовать в своей деятельности профессиональную лексику.</li> <li>2. Применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп.</li> <li>3. Создавать образовательную среду на занятии по физической культуре.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся.</li> <li>2. Методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся.</li> <li>3. Методами проведения контрольных тестов и принятия нормативов.</li> </ol>

## 2.5. Карта компетенций дисциплины

Наименование дисциплины	Технологии физкультурно-спортивной деятельности				
Цели	формирование компетенций в области теории и методики физического воспитания учащихся школ, изучение закономерностей процесса обучения, физического воспитания и формирования здорового образа жизни учащейся молодежи				
<b>В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие</b>					
<b>Общекультурные компетенции</b>					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-5	способностью самостоятельно приобретать и использовать, в том числе с помощью информационных технологий, новые знания и умения, непосредственно не связанные со сферой профессиональной деятельности	<p><b>Знать:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся.</li> <li>2. Возрастные особенности детей и подростков.</li> <li>3. Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия.</li> </ol> <p><b>Уметь:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности.</li> <li>2. Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью.</li> <li>3. Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности.</li> </ol> <p><b>Владеть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологией коррекции физической подготовленности и развития организма.</li> <li>2. Основами физической подготовки различных категорий населения.</li> <li>3. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности</li> </ol>	Лекции Практические занятия СРС	Собеседование Реферат-презентация Экзамен	<p><b>Пороговый:</b> знать основные термины и понятия в рамках изучаемой дисциплины.</p> <p><b>Повышенный:</b> владеть умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни.</p>

**Профессиональные компетенции**

ПК-11	<p>готовностью к разработке и реализации методических моделей, методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации.</li> <li>2. Объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся.</li> <li>3. Этапы и порядок обучения двигательным действиям.</li> </ol> <p><b>Уметь:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использовать в своей деятельности профессиональную лексику.</li> <li>2. Применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп.</li> <li>3. Создавать образовательную среду на занятии по физической культуре.</li> </ol> <p><b>Владеть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся.</li> <li>2. Методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся.</li> <li>3. Методами проведения контрольных тестов и принятия нормативов.</li> </ol>	<p>Лекции Практические занятия СРС</p>	<p>Собеседование Реферат-презентация Тестирование Экзамен</p>	<p><b>Пороговый:</b> использовать различные методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на организм учащихся.</p> <p><b>Повышенный:</b> владеть методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся</p>
-------	--	--	--	---	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр № 4 часов	Семестр № 5 часов
<b>1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)</b>		<b>34</b>	<b>20</b>	<b>14</b>
В том числе:				
Лекции (Л)		8	4	4
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)		26	16	10
Лабораторные работы (ЛР)		-	-	
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>		<b>110</b>	<b>52</b>	<b>58</b>
В том числе				
<b>СРС в семестре</b>		<b>54</b>	<b>54</b>	<b>49</b>
Подготовка к практическим занятиям		15	8	7
Изучение и конспектирование основной литературы		15	8	7
Изучение и конспектирование дополнительной литературы		15	8	7
Работа со справочными материалами		15	8	7
Выполнение индивидуальных домашних заданий		15	8	7
Подготовка к научно-исследовательской работе		15	8	7
Подготовка к собеседованию		13	6	7
<b>СРС в период сессии</b>		<b>13</b>	<b>4</b>	<b>9</b>
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	<b>зачет</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
	<b>Экзамен</b>	<b>Э</b>		<b>Э</b>
<b>ИТОГО: общая трудоемкость</b>	<b>часов</b>	<b>144</b>	<b>144</b>	
	<b>зач. ед.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	

Дисциплина частично реализуется с применением дистанционных образовательных технологий, используются платформы: ZOOM, Microsoft Teams, ЭОС РГУ имени С.А. Есенина.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
4	1	Методология управления спортивной тренировкой	Теория и методика физического воспитания в системе высшего педагогического образования. Становление и развитие системы физического воспитания в России и за рубежом. Теория физического воспитания. Методология физического воспитания. Задачи и средства физического воспитания дошкольников и школьников. Основы обучения двигательным действиям детей и подростков.
5	2	Технологии планирования и организации процесса физического воспитания	Формы организации процесса физического воспитания. Планирование работы по физическому воспитанию в ДОУ, СОШ, ВУЗе и ДЮСШ. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных и средних образовательных учреждениях Организация работы по физическому воспитанию в ВУЗе. Организация работы по физическому воспитанию в ДЮСШ и СДЮСШОР. Современные направления и инновационные системы образования и развития детей и подростков.

## 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	всего	
4	1	<b>Методология управления спортивной тренировкой</b>						
4	1.1	Теория и методика физического воспитания в системе педагогического образования.	1	-	3	8	12	
4	1.2	Становление и развитие системы физического воспитания в России и за рубежом.	0,5	-	3	8	11,5	
4	1.3	Теория физического воспитания.	1	-	3	8	12	
4	1.4	Методология физического воспитания.	0,5	-	3	8	11,5	
4	1.5	Задачи и средства физического воспитания дошкольников и школьников.	0,5	-	2	8	10,5	
4	1.6	Основы обучения физическим	0,5		2	8	10,5	



		действиям детей и подростков.						
		<b>Раздел дисциплины № 1</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>48</b>	<b>68</b>	<b>Зачет</b>
5	2	<b>Технологии планирования и организации процесса физического воспитания</b>						
5	2.1	Формы организации процесса физического воспитания.	1	-	1	8	10	
5	2.2	Планирование работы по физическому воспитанию в ДОУ, СОШ, ВУЗе и ДЮСШ.	0,5	-	1	8	9,5	
5	2.3	Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных и средних образовательных учреждениях	1	-	2	8	10	
5	2.4	Организация работы по физическому воспитанию в ВУЗе.	0,5	-	2	8	10,5	
5	2.5	Организация работы по физическому воспитанию в ДЮСШ и СДЮСШОР.	0,5	-	2	8	10,5	
5	2.6	Современные направления и инновационные системы образования и развития детей и подростков.	0,5		2	9	10,5	
		<b>Раздел дисциплины № 2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>49</b>	<b>63</b>	<b>Экзамен</b>
		<b>Раздел дисциплины № 1-2</b>					<b>13</b>	<b>зачет, Экзамен</b>
		<b>ИТОГО за 4 и 5 семестр</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	<b>97</b>	<b>144</b>	

2.3. Лабораторный практикум - не предусмотрен.

2.4. Курсовые работы - не предусмотрены

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

#### 3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебного модуля	Виды СРС	Всего часов
4	1	<b>Методология управления спортивной тренировкой</b>	Подготовка к практическим занятиям	7
			Изучение и конспектирование основной литературы	7
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	7
			Работа со справочными материалами	7
			Выполнение индивидуальных домашних заданий	7
			Подготовка к научно-исследовательской работе	7
			Подготовка к собеседованию	6

			<i>Раздел дисциплины № 1</i>	<b>48</b>
5	2	<b>Технологии планирования и организации процесса физического воспитания</b>	Подготовка к практическим занятиям	7
			Изучение и конспектирование основной литературы	7
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	7
			Работа со справочными материалами	7
			Выполнение индивидуальных домашних заданий	7
			Подготовка к научно-исследовательской работе	7
			Подготовка к собеседованию	7
			<i>Раздел дисциплины № 2</i>	<b>49</b>
<b>ИТОГО в 4 и 5 семестре</b>				<b>97</b>

### **3.2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, выполнении индивидуальных домашних заданий обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия по основам теории и методики обучения предмету физическая культура в школе библиотеки университета, а также имеющиеся на кафедре ТМФВ и спортивных дисциплин.
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE».
- Периодические издания – журналы: Теория и практика физической культуры; Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, Спорт в школе.

#### **Список рекомендуемой литературы для самостоятельной работы обучающихся**

##### **Основная литература**

1. Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре: учебник. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 256 с.
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учебное пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 272с.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 480 с.

##### **Дополнительная литература**

1. Алхасов, Д.С. Профессиональный модуль. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»: МДК «Методика обучения предмету физическая культура». Раздел : Уроки физической культуры в системе физического воспитания школьников ( в таблицах и схемах) :

методическое пособие / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 96 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-3729-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274974> (04.05.2016).

2. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие / под ред. Ю.Д. Железняк. - М.: Академия, 2003. - 384 с.

3. Коваль, Л.Н. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура»: учебно-методическое пособие / Л.Н. Коваль, А.В. Коваль. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4894-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426469> (04.05.2016).

4. Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428644> (04.05.2016).

5. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366> (05.05.2016).

### **Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

1. [http://www.vniifk.ru/subpage\\_p\\_1.html](http://www.vniifk.ru/subpage_p_1.html)
2. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory/28>
3. <http://www.mhealth.ru/form/sport/>
4. <http://www.sciencekids.co.nz/videos/sports.html>
5. <http://kinotub.net/videos/nauka-o-sporte-sport-science-1-seriya>
6. <http://kinotub.net/videos/nauka-o-sporte-sport-science-2-seriya-udary-i-stolknoveniya/>
7. <http://www.sportsscientists.com/2009/12/favourite-videos-of-2009.html>
8. <http://www.sportsscientists.com/2010/12/sports-videos-of-year.html>

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

### **по организации самостоятельной работы студентов**

В результате освоения курса, студент должен иметь большой запас знаний: формы, средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; способность эффективно решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся.

Умение использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

Самостоятельная работа студентов требует специальных умений:

- умение составлять разумный режим работы;
- умение работать над информацией (составлять план текста, оформлять конспекты, тезисы, цитаты, выписки, находить справочные сведения, выделять главную мысль);
- умение производить основные мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.;
- умение работать в библиотеке, пользоваться каталогами;
- написание рефератов, курсовых работ, дипломных работ;
- умение преодолевать внутренние и внешние трудности.

Для самостоятельной работы большое значение имеет компьютерное обучение. Важным этапом является и организация контроля знаний. Это собеседование, контрольные проверки и др.

#### **4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)**

##### **4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине.**

Рейтинговая система в университете не используется.

#### **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **5.1. Основная литература**

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: [учебник]. - М.: Академия, 2013. - 288 с.(есть и пред. изд.)	1-2	4-5	7+52	
1	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: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448</a> (05.08.2020).	1-2	4-5	ЭБС	

##### **5.2. Дополнительная литература**

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	1. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учебное пособие / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев, Г.В. Герасимова. - М. : Советский спорт, 2003. - 184 с.	1-2	4-5	6	
2	. Руненко С.Д. Врачебный контроль в фитнесе: [монография]. - М. : Советский спорт, 2009. - 192 с.	1-2	4-5	5	
3	Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428644">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428644</a> (04.08.2020).	1-2	4-5	ЭБС	
4	Коваль, Л.Н. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура» : учебно-методическое пособие / Л.Н. Коваль, А.В. Коваль. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4894-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=426469">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=426469</a> (04.08.2020).	1-2	4-5	ЭБС	

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

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.09.208).20)
2. East View [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: 15.09.2020).
3. Royal Society of Chemistry journals [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: (15.09.2020).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.03.2020).
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: 15.09.2020).
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](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.09.2020).
  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: 15.09.2020).
  9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.09.2020).
  10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.09.2020).

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

6. Психолого-педагогический поиск [Текст] : научно-методический журнал / учредитель : Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина». – 2004, январь - . – Рязань, 2016 - . – Ежекварт. – ISSN 2075-3500 ; То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/11>.
7. Спорт в школе [Текст] : методический журнал для учителей физкультуры и тренеров / учредитель : ООО «Издательский дом «Первое сентября». – 1995 - . – Москва : Первое сентября, 2016 - . – Ежемес.
8. Теория и практика физической культуры [Текст] : ежемесячный научно-теоретический журнал / изд. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры». – 1925 - . – Москва, 2016 - . – Ежемес. – ISSN 0040-3601.
9. Физическая культура в школе [Текст] : научно-методический журнал / [учредитель : Министерство просвещения РСФСР]. – 1958, январь - . – Москва : Школьная Пресса, 2016 - . – 8 раз в год. – ISSN 0130-5581.
10. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Текст] : научно-методический журнал / учредитель : [Российская Академия Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)]. – 1996 - . – Москва, 2016 - . – 6 раз в год. – ISSN 1817-4779.
11. Физическое образование в вузах [Текст] : [научный журнал] / учредители : Министерство образования и науки Российской Федерации, Московское

физическое общество, Международная ассоциация разработчиков и производителей учебной техники. – 1995 - . – Москва, 2016 - . – Ежекварт. – ISSN 1609-3143.

12. Физкультура и спорт [Текст] : ежемесячный иллюстрированный журнал / учредитель : ЗАО «Редакция журнала «Физкультура и спорт». – 1922, май - . – Москва, 2016 - . – Ежемес.
13. Журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта» <http://lesgaft-notes.spb.ru/> (28.08.2020)

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

**6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:** видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

**6.3. Требования к специализированному оборудованию:** отсутствует.

**6.4. Требования к программному обеспечению учебного процесса:** отсутствуют.

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, 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. Уделить внимание следующим понятиям (физическая культура, физическое воспитание, урок физической культуры, формы организации физического воспитания детей, дозирование физической нагрузки на уроке, подготовка педагога к уроку, планирование учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»).

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 (Холодов, Ж., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта [Текст]: Учеб. пособие / Холодов, Ж., Кузнецов В.С. – М.: Академия, 2012), прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму 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 и др.
Реферат	<i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

## 9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

- чтение лекций с использованием слайд-презентаций
- возможность консультирования обучающихся преподавателями посредством электронной почты
- компьютерное тестирование

## 10. Требования к программному обеспечению учебного процесса (указывается при наличии):

Название ПО	№ лицензии
Операционная система WindowsPro	Договор №65/2019 от 02.10.2019
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г.
Офисное приложение Libre Office	Свободно распространяемое ПО
Архиватор 7-zip	Свободно распространяемое ПО
Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	Свободно распространяемое ПО
PDF ридер Foxit Reader	Свободно распространяемое ПО



Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	Свободно распространяемое ПО
Запись дисков Image Burn	Свободно распространяемое ПО
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	Свободно распространяемое ПО

**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

«31» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИИ ПОСТРОЕНИЯ И УПРАВЛЕНИЯ  
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ»**

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

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

Квалификация магистр

Форма обучения: заочная

**1. Цель освоения** дисциплины «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» являются формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Методология и технологии построения и управления спортивной тренировкой» Б.1.В.ОД.6 относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 (Б.1.В).

**3. Трудоемкость дисциплины:** 4 зачетных единицы, 144 академических часов.

## **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-5	способностью самостоятельно приобретать и использовать, в том числе с помощью информационных технологий, новые знания и умения, непосредственно не связанные со сферой профессиональной деятельности	1. Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся. 2. Возрастные особенности детей и подростков. 3. Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия.	1. Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности. 2. Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью. 3. Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности.	1. Технологией коррекции физической подготовленности и развития организма. 2. Основами физической подготовки различных категорий населения. 3. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.
2.	ПК-11	готовностью к разработке и реализации методических моделей, методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность	1. Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации. 2. Объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся. 3. Этапы и порядок обучения	1. Использовать в своей деятельности профессиональную лексику. 2. Применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп. 3. Создавать образовательную среду на занятии по физической культуре.	1. Методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся. 2. Методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся. 3. Методами проведения контрольных тестов и принятия

		двигательным действиям.	нормативов.
--	--	----------------------------	-------------

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения**

Зачет (4 семестр), Экзамен (5 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.