Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
/ С.Ю. Рубцова /

(подпись, расшифровка подписи)

" ____ " _____ 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины

ФТД.В.02 «Моделирование спортивной тренировки»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 – Педагогическое образование

Наименование

Профиль «Физическая культура»

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Южно-Сахалинск, 2019

Рабочая программа дисциплины «Моделирование спортивной тренировки» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование

Программу составил:

Светлана Александровна Пронкина, доцент, канд. пед. наук _____
И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание подпись

Рабочая программа дисциплины «Моделирование спортивной тренировки» утверждена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № __1__ «__30__»__сентября__2019г.

Заведующий кафедрой

Кокорина О.Р. _____
фамилия, инициалы подпись

Рецензенты:

Савостин Николай Михайлович, доцент кафедры естественно-научных дисциплин ГБОУ «Институт развития образования Сахалинской области».

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины: формирование у студентов теоретических знаний о сущности спорта, его функциях, формах и условиях функционирования в обществе, основных направлениях в развитии спортивного движения; практических навыков анализа и управления учебно-тренировочным процессом спортсменов, понимания особенностей организации многолетнего процесса подготовки спортсменов.

Задачи дисциплины:

1. Обеспечить теоретическое осмысление практических основ спорта.
2. Отразить общую характеристику сущности планирования спортивной подготовки.
3. Раскрыть закономерности многолетнего процесса подготовки спортсменов.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам блока ФТД ОПОП направления подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование Профиль «Физическая культура».

Студенты в процессе обучения приобретают системные научные знания по моделированию спортивной подготовки. Основой для изучения дисциплины являются знания, полученные студентами в ходе освоения дисциплин на предыдущих курсах. Пререквизиты дисциплины: «Теория и методика физической культуры и спорта», «Возрастная физиология», «Физиология физического воспитания и спорта», «Психология физического воспитания и спорта», «Педагогика», «Возрастная педагогика», «Основы спортивной тренировки».

Постреквизиты дисциплины: «Спортивная метрология», «Спортивная медицина», «Практикум по основам спортивной тренировки».

3. Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-8		ПК-8.1. <i>Знать:</i> историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования системы спортивной подготовки. ПК-8.2. <i>Уметь:</i> планировать содержание занятий с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста. ПК-8.3. <i>Владеть:</i> приемами формирования содержания тренировочного занятия (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений.

4. Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы (72 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	7 семестр	всего
Общая трудоемкость	72	72
Контактная работа:		
Лекции (Лек)	18	18
Практические занятия (ПР)	18	18
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	4
Промежуточная аттестация	<i>зачет</i>	<i>зачет</i>
Самостоятельная работа:	32	32
- выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ);	30	30
- подготовка к практическим занятиям.	2	2

4.2. Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы	семестр	Виды учебной работы (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
			контактная				
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	
РАЗДЕЛ I.							
1.	Тема 1. Введение: планирование спортивной подготовки	7	2	2	-	2	Опрос
2.	Тема 2. Тренировочные занятия и построение их программ	7	2	2	-	2	Учебное задание № 1
3.	Тема 3. Структура и содержание разминки		2	2	-	4	Учебное задание № 2
4.	Тема 4. Структура и содержание основной части тренировочного занятия	7	2	2	-	4	Учебное задание № 3
5.	Тема 5. Содержание развивающей части тренировочного занятия	7	2	2	-	4	Учебное задание № 4
6.	Тема 6. Содержание заключительной части тренировочного занятия	7		2	-	4	Учебное задание № 5
7.	Тема 7. Особенности построения программ микроциклов.	7	2	2	-	4	Учебное задание № 6
8.	Тема 8. Особенности построения программ мезоциклов	7	2	2	-	4	Учебное задание № 7
9.	Тема 9. Макроструктура процесса подготовки спортсменов.	7	2	2	-	4	Учебное задание № 8
16.	Зачет						<i>зачет</i>
	ИТОГО:		18	18		32	

Заочная форма обучения

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачётных единицы, 72 часа: 4 час. - лекции, 28 часов – самостоятельная работа Вид промежуточной аттестации зачет.

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		контактная					
		семестр	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Тема 1. Введение: планирование спортивной подготовки	4	0,5		-	1	Подготовка сообщения к практическому занятию
2.	Тема 2. Тренировочные занятия и построение их программ	4			-	2	Учебное задание № 1
3.	Тема 3. Структура и содержание разминки	4	0,5		-	2	Учебное задание № 2
4.	Тема 4. Основная часть тренировочного занятия	4	0,5		-	3	Учебное задание № 3
5.	Тема 5. Развивающая часть тренировочного занятия	4	0,5		-	4	Учебное задание № 4
6.	Тема 6. Заключительная часть тренировочного занятия	4	0,5		-	4	Учебное задание № 5
7.	Тема 7. Микроциклы и построение их программ	4	0,5		-	4	Учебное задание № 6
8.	Тема 8. Мезоциклы и построение их программ	4	0,5		-	4	Учебное задание № 7
9.	Тема 9. Макроструктура процесса подготовки спортсменов.	4	0,5		-	4	Учебное задание № 8
16.	Зачет						<i>зачет</i>
	ИТОГО:		4			28	

4.3. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Введение (6 часов).

Лекция №1 (2 часа).

Дисциплина «Моделирование спортивной тренировки», ее цели и задачи. Целостность тренировочного процесса. Устойчивый порядок видов подготовки спортсменов. Структура тренировки. Рациональное построение многолетней подготовки спортсменов. Методические положения рационального построения многолетней подготовки спортсменов.

Тема 2. Тренировочные занятия и построение их программ (6 часов).

Лекция № 2 (2 часа).

Общая структура тренировочного занятия. Факторы, определяющие структуру тренировочного занятия. Вводно-подготовительная часть. Основная часть тренировочного занятия. Заключительная часть. Типы и организация занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные. Контрольные. Формы занятий: индивидуальные, групповые, фронтальные, свободные.

Тема 3. Структура и содержание разминки (8 часов).

Лекция № 3 (2 часа).

Основы построения разминки. Функциональная задача. Двигательная задача.

Эмоциональная задача. Техничко-тактическая задача. Общая часть разминки. Специальная часть разминки. Особенности предсоревновательной разминки. Разминка и психологическая настройка.

Тема 4. Структура и содержание основной части тренировочного занятия (8 часов).

Лекция № 4 (2 часа).

Основы построения основной части тренировочного занятия. Задачи основной части. Последовательность упражнений, методика их освоения, величины тренировочных нагрузок. Продолжительность основной части.

Тема 5. Содержание развивающей части тренировочного занятия (8 часов).

Лекция № 5 (2 часа).

Основы построения развивающей части тренировочного занятия. Задачи развивающей части. Последовательность упражнений, методика их выполнения, величины тренировочных нагрузок. Продолжительность развивающей части.

Тема 6. Содержание заключительной части тренировочного занятия (8 часов).

Лекция № 6 (2 часа).

Основы построения заключительной части тренировочного занятия. Задачи заключительной части. Последовательность упражнений, методика их выполнения, величины тренировочных нагрузок. Эффективность протекания восстановительных процессов. Продолжительность заключительной части.

Тема 7. Особенности построения программ микроциклов (8 часов).

Лекция № 7 (2 часа).

Микроцикл, как серия занятий, проводимых в течение нескольких дней и обеспечивающая комплексное решение задач. Типы микроциклов: втягивающие, ординарные, ударные, подводящие, соревновательные, восстановительные. Основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

Тема 8. Особенности построения программ мезоциклов (8 часов).

Лекция № 8 (2 часа).

Мезоцикл, как относительно целостный этап тренировочного процесса продолжительностью от 2 до 6 недель. Типы мезоциклов: втягивающие, базовые, специально-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные, восстановительно-подготовительные, восстановительно-поддерживающие. Величина и динамика нагрузки. Сочетание микроциклов в мезоцикле.

Тема 9. Макроструктура процесса подготовки спортсменов (8 часов).

Лекция № 9 (2 часа).

Макроцикл – структура годовых циклов, периодов и этапов их образующих. Подготовительный, соревновательный и переходный периоды. Одно-двух- и трехцикловая модель годового цикла подготовки.

4.4. Темы и планы практических занятий

Практическое занятие № 1 (в форме семинара) (2 часа) Введение.

Вопросы для обсуждения:

1. Дисциплина «Моделирование спортивной тренировки», ее цели и задачи.
2. Целостность тренировочного процесса.
3. Устойчивый порядок видов подготовки спортсменов.

4. Структура тренировки.
5. Рациональное построение многолетней подготовки спортсменов.
6. Методические положения рационального построения многолетней подготовки спортсменов.

Практическое занятие № 2 (в форме семинара) Тема «Тренировочные занятия и построение их программ» (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Общая структура тренировочного занятия.
2. Факторы, определяющие структуру тренировочного занятия.
3. Вводно-подготовительная часть.
4. Основная часть тренировочного занятия.
5. Заключительная часть.
6. Типы и организация занятий: учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные, контрольные.
7. Формы занятий: индивидуальные, групповые, фронтальные, свободные.

Учебное задание № 1.

Заполнить таблицу «Типы занятий и формы организации» (по Платонову В.Н.,2014).

Практическое занятие № 3 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Структура и содержание разминки».

Вопросы для обсуждения:

1. Основы построения разминки.
2. Функциональная задача.
3. Двигательная задача.
4. Эмоциональная задача.
5. Техничко-тактическая задача.
6. Общая часть разминки.
7. Специальная часть разминки.
8. Особенности предсоревновательной разминки.
9. Разминка и психологическая настройка.

Учебное задание № 2.

Разработать содержание разминки в тренировочном занятии группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 4 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Структура и содержание основной части тренировочного занятия»

Вопросы для обсуждения:

1. Основы построения основной части тренировочного занятия.
2. Задачи основной части.
3. Образовательная часть тренировочного занятия.
4. Последовательность упражнений, методика их освоения.
5. Величины тренировочных нагрузок.
6. Продолжительность основной части.

Учебное задание № 3.

Разработать содержание образовательной части тренировочного занятия группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 5 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Содержание развивающей части тренировочного занятия»

Вопросы для обсуждения:

1. Основы построения развивающей части тренировочного занятия.
2. Задачи развивающей части.
3. Последовательность упражнений, методика их выполнения, величины тренировочных нагрузок.
4. Продолжительность развивающей части.

Учебное задание № 4.

Разработать содержание развивающей части тренировочного занятия группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 6 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Содержание заключительной части тренировочного занятия»

Вопросы для обсуждения:

1. Основы построения заключительной части тренировочного занятия.
2. Задачи заключительной части.
3. Последовательность упражнений, методика их выполнения.
4. Величины тренировочных нагрузок.
5. Эффективность протекания восстановительных процессов.
6. Продолжительность заключительной части.

Учебное задание № 5.

Разработать содержание заключительной части тренировочного занятия группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 7 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Особенности построения программ микроциклов»

Вопросы для обсуждения:

1. Микроцикл, как серия занятий, проводимых в течение нескольких дней и обеспечивающая комплексное решение задач.
2. Типы микроциклов: втягивающие.
3. Типы микроциклов: ординарные.
4. Типы микроциклов: ударные.
5. Типы микроциклов: подводящие.
6. Типы микроциклов: соревновательные.
7. Типы микроциклов: восстановительные.
8. Основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

Учебное задание № 6.

Разработать содержание ординарного микроцикла тренировочного процесса группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 8 (в форме семинара) (2 часа) Тема «Особенности построения программ мезоциклов»

Вопросы для обсуждения:

1. Мезоцикл, как относительно целостный этап тренировочного процесса продолжительностью от 2 до 6 недель.
2. Типы мезоциклов
3. Типы мезоциклов: втягивающие.
4. Типы мезоциклов: базовые.
5. Типы мезоциклов: специально-подготовительные.
6. Типы мезоциклов: предсоревновательные.

7. Типы мезоциклов: соревновательные.
8. Типы мезоциклов: восстановительно-подготовительные
9. Типы мезоциклов: восстановительно-поддерживающие
10. Величина и динамика нагрузки.
11. Сочетание микроциклов в мезоцикле.

Учебное задание № 7.

Разработать содержание втягивающего мезоцикла тренировочного процесса группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Практическое занятие № 9. (2 часа) Тема «Макроструктура процесса подготовки спортсменов»

Вопросы для обсуждения:

1. Макроцикл – структура годовых циклов, периодов и этапов их образующих. Подготовительный, соревновательный и переходный периоды.
2. Одно-двух- и трехцикловая модель годового цикла подготовки.

Учебное задание № 8.

Разработать структуру макроцикла тренировочного процесса группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

4.5 Примерная тематика курсовых проектов (курсовых работ)

Курсовой проект (курсовой работы) по дисциплине отсутствует.

5. Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Самостоятельное изучение тем по дисциплине не предусмотрено.

7. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
РАЗДЕЛ I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТА			
1.	Тема 1. Введение: планирование спортивной подготовки	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Подготовка сообщения по указанным темам.
2.	Тема 2. Тренировочные занятия и построение их программ	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 1
3.	Тема 3. Структура и содержание разминки	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 2
4.	Тема 4. Структура и содержание основной части тренировочного занятия	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным

			вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 3
5.	Тема 5. Содержание развивающей части тренировочного занятия	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором.
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 4
6.	Тема 6. Содержание заключительной части тренировочного занятия	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором.
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 5
7.	Тема 7. Особенности построения программ микроциклов.	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором.
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 6
8.	Тема 8. Особенности построения программ мезоциклов	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором.
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 7
9.	Тема 9. Макроструктура процесса подготовки спортсменов.	Лекция	Традиционная лекция в ауд. с мультимедиа проектором.
		Практическое занятие	Практическое занятие по указанным вопросам.
		Самостоятельная работа	Учебное задание № 8

7. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Оценочными средствами обеспечены все формы текущего контроля по дисциплине. В соответствии со структурой дисциплины в ходе текущего контроля используются:

учебные задания:

Тема 2. Тренировочные занятия и построение их программ.

Учебное задание № 1: заполните таблицы «Типы занятий и формы организации» (по Платонову В.Н.,2014).

Типы занятий и формы организации (по Платонову В.Н.,2014)

Типы занятий	Задачи	Особенность	Период использования
Учебные			
Тренировочные			
Учебно-тренировочные			
Восстановительные			
Модельные			
Контрольные			

Формы организации занятий

Типы занятий	Особенности	Преимущества	Недостатки
Индивидуальная			
Групповая			
Фронтальная			
Свободная			
Станционная			
Круговая			

Тема 3. Структура и содержание разминки.

Учебное задание № 2: разработать содержание разминки в тренировочном занятии группы начальной подготовки по избранному виду спорта. Подготовить презентацию.

Средства и методы решения эмоциональной задачи	Средства и методы решения двигательной задачи	Средства и методы решения функциональной задачи	Средства и методы решения технической задачи

Требования к презентации:

- объем не более 15 слайдов;
- 1 слайд: образовательная задача тренировочного занятия типа «учебное»;
- 2 слайд: решение эмоциональной задачи разминки;
- 3 – 5 слайды: решение функциональной задачи разминки;
- 6 - 9 слайды: решение двигательной задачи разминки;
- 10 - 12 слайды : решение функциональной задачи разминки;
- 13 - 15 слайды: решение технической задачи разминки.

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

Форма контроля	За одну работу		Всего
	Миним. баллов	Макс. баллов	
Текущий контроль:			
- сообщение на практическом занятии	4 балла	9 баллов	9
- индивидуальное творческое задание	48 баллов	64 баллов	64
Промежуточная аттестация - зачет			
Итого за семестр:	52	73 балла	73 балла

При выполнении всех восьми учебных заданий и четырех сообщений на практических занятиях студент получает зачет.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1 Основная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2013.

9.2 Дополнительная литература

1. Бабушкин Г.Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник/ Бабушкин Г.Д.— Электрон. текстовые

данные.— Саратов: Вузовское образование, 2020.— 294 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/91118.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса [Электронный ресурс]/ Верхошанский Ю.В.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 184 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/88521.html>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Губа В.П. Теория и методика современных спортивных исследований [Электронный ресурс] : монография / В.П. Губа, В.В. Маринич. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 232 с. — 978-5-906839-25-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55567.html>
4. Иссурин В.Б. Спортивный талант. Прогноз и реализация [Электронный ресурс] : монография / В.Б. Иссурин. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 240 с. — 978-5-906839-83-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/68546.html>
5. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века [Электронный ресурс] : научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 464 с. — 978-5-906839-57-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57797.html>
6. Иссурин В.Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов [Электронный ресурс]/ Иссурин В.Б., Лях В.И.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2020.— 176 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/94127.html>.— ЭБС «IPRbooks»
7. Максимова М.Н. Теория и методика синхронного плавания [Электронный ресурс] : учебник / М.Н. Максимова. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 304 с. — 978-5-906839-76-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63656.html>
8. Николаев А.А. Развитие выносливости у спортсменов [Электронный ресурс] / А.А. Николаев, В.Г. Семёнов. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 144 с. — 978-5-906839-72-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65573.html>
9. Никитушкин В.Г. Спорт высших достижений. Теория и методика [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Сулов. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2017. — 319 с. — 978-5-9500178-0-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/68545.html>
10. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические применения. – К.: Олимпийская литература, 2004.
11. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практические применения / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014.
12. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003.
13. Передельский А.А. Дзуликый Янус. Спорт как социальный феномен [Электронный ресурс] : сущность и онтологические основания. Монография / А.А. Передельский. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 312 с. — 978-5-906839-54-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57793.html>
14. Пронкина С.А. Основы теории и методики спортивной тренировки: Учеб.-метод. Пособие / С.А. Пронкина. – Южно-Сах. : ИРОСО, 2012. – 104с.

15. Самоленко Т.В. Методика индивидуального планирования спортивной подготовки легкоатлетов высокой квалификации, специализирующихся в беге на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс] : монография / Т.В. Самоленко. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 248 с. — 978-5-9907240-8-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55558>
16. ТудорБомпа Периодизация спортивной тренировки [Электронный ресурс] / БомпаТудор, Буццичелли Карло. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — 978-5-906839-01-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55562.html>
17. Фискалов В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. — Электрон.текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 352 с. — 978-5-906839-21-3. —

9.3 Периодические издания

1. Физкультура и спорт - <http://fismag.ru/>
2. Спортивная жизнь России - <http://www.fizkult-ura.ru/books/journals>
3. Теория и практика физической культуры - <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3>
4. Человек. Спорт. Медицина. - <http://hsm.susu.ru/hsm>
5. Sociology of sport - <http://journals.humankinetics.com/journal/ssj>
6. Информационный спортивный ресурс - <http://www.olympic.ru/>
7. Наука и спорт: современные тенденции - https://www.sportacadem.ru/nauka/nauchno-teoriticheskiiy_zhurnal_nauka_i_sport_sovremennyye_tendentsii/
8. The sport journal - <http://thesportjournal.org/>
9. Physical therapy in sport - www.physicaltherapyinsport.com/

9.4 Программное обеспечение

1.1. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная), (лицензия 49512935);
2. Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661)
3. Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
4. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351),
5. Microsoft Windows Professional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
6. Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
7. Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
8. Microsoft Windows Server CAL 2008 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
9. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Расширенный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational Renewal License (лицензия 2022-190513-020932-503-526), срокпользованияс 2019-05-13 по 2021-04-13
10. ABBYYFineReader 11 Professional Edition, (бессрочная), (лицензия AF11-2S1P01-102/AD),
11. Microsoft Windows Pro 64bit DOEM, (бессрочная), контракт № 6-ОАЭФ2014 от 05.08.2014
12. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года.

13. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса -
Расширенный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational Renewal License
(лицензия 2022-190513-020932-503-526), срок пользования с 2019-05-13 по 2021-04-13
14. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года.

9.5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года;
2. Официальный Web-сайт СахГУ <http://sakhgu.ru/>; сахгу.рф
3. Система независимого компьютерного тестирования в сфере образования <http://i-exam.ru/>
4. Сайт научной электронной библиотеки eLIBRARY <http://elibrary.ru>
5. Сайт университетской библиотеки ONLINE <http://www.biblioclub.ru/>
6. Сайт электронно-библиотечной системы IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
7. Сайт информационной справочной системы Polpred.com <http://polpred.com/>
8. <https://math.ru/>
9. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (- <http://www.consultant.ru/>)
10. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>)
11. Сайт журнала «теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>
12. Сайт Министерства Спорта Российской Федерации. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/>
13. Сайт Министерства Спорта Сахалинской области. – Режим доступа: <http://stimol.admsakhalin.ru/>
14. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>
15. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - <http://www.window.edu.ru>
16. Российский портал открытого образования - <https://openedu.ru/>
17. Портал Электронная библиотека: диссертации - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/>
18. Портал научной электронной библиотеки - <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
19. Портал Электронная библиотека диссертаций - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/>
20. Сайт Российской Академии Наук. - Режим доступа: <http://www.ras.ru/sciencestructure.aspx>
21. Сайт Института научной информации по общественным наукам РАН. - Режим доступа: <http://www.inion.ru>

10. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;

- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;

- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;

- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;

- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;

- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;

- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебных кабинетов.

а) оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя: письменный стол, стул;
- доска с освещением;
- информационные стенды;
- дидактические единицы с раздаточным материалом;
- учебные демонстрационные материалы, наглядные пособия (муляжи, схемы, таблицы);
- кинограммы, учебные фильмы;
- контрольно-оценочные средства.

б) Технические средства обучения учебного кабинета:

- компьютерная техника;
- мультимедийное оборудование;
- оргтехника;
- доступ к сети Интернет;
- доступ к электронно-библиотечной системе.

УТВЕРЖДЕНО

||

Протокол заседания кафедры
№_1_ от_30 сентября 2019г.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе дисциплины «Моделирование спортивной тренировки»
по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование Профиль Физическая культура»

на 2019/2020 учебный год

1. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

- 1.1.;
- 1.2.;
- ...
- 1.9.

2. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

- 2.1.;
- 2.2.;
- ...
- 2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

- 3.1.;
- 3.2.;
- ...
- 3.9.

Составитель
дата

подпись

расшифровка подписи

Зав. кафедрой

подпись

расшифровка подписи

**Приложение 1 - Фонд оценочных средств для проведения аттестации
уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине**