

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ
«СЕВЕРНЫЙ КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ГАПОУ МО «СКФКиС»)

РАССМОТРЕНО

на заседании методического совета
«06» марта 2017 г, протокол № 03
председатель МС Митрофанова Е.Е.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом и.о.директора ГАПОУ МО
«СКФК и С»
от «14» марта 2017 г. № 29

«СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ СПОРТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ В СВЕТЕ ТРЕБОВАНИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ»

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации

Мончегорск 2017

Программа предназначена для специалистов в области физической культуры и спорта, тренеров-преподавателей по видам спорта, инструкторов и методистов спортивных школ, педагогов учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности в условиях введения и реализации федеральных государственных образовательных стандартов начального и основного общего образования (ФГОС НОО и ООО).

Организация-разработчик:

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ «СЕВЕРНЫЙ КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Рекомендована: Методическим советом ГАПОУ МО «Северный колледж физической культуры и спорта»

Заключение Методического совета № 3 от 06. 03.2017

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика программы.....	4
2. Содержание программы.....	10
3. Условия реализации программы.....	13
4. Оценка качества освоения программы.....	14
6. Приложения	15

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Актуальность. Федеральный закон «О внесении изменений в ФЗ от 6 декабря 2011 года № 412-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» предусматривает введение федеральных стандартов спортивной подготовки по каждому виду спорта на всей территории Российской Федерации.

Стандарты предъявляются требования к кадровым условиям, в числе которых уровень квалификации педагогических работников образовательного учреждения, непрерывность их профессионального развития. Настоящая дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Системный подход в теории и методике спортивной тренировки в свете требований Федеральных стандартов спортивной подготовки» предназначена для специалистов, работающих в ДЮСШ, СДЮСШОР и др. в условиях развивающейся системы российского образования. Содержание программы направлено на создание условий для знакомства слушателей с современной образовательной политикой, инновационным теоретическим и практическим опытом в области физической культуры и спорта.

Эффективное развитие системы дополнительного образования, в том числе в сфере физической культуры и спорта на современном этапе возможно только при условии высокой компетентности педагогических работников. Под компетентностью понимается новообразование субъекта деятельности, формирующееся в процессе профессиональной подготовки, представляющее собой системное проявление знаний, умений, способностей и личностных качеств, позволяющее успешно решать функциональные задачи, составляющих сущность профессиональной деятельности.

Ключевыми компетенциями современного педагога дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта являются компетентность в области постановки целей и задач спортивной тренировки; обеспечения информационной основы учебно-тренировочной деятельности; разработки программы деятельности и принятия педагогических решений; организации учебно-тренировочного процесса.

Правительством Российской Федерации 07 августа 2009 г. утверждена Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года, основной целью которой является создание условий, обеспечивающих возможность для граждан страны, в первую очередь для детей и молодежи, вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом. В рамках реализации Стратегии Министерством образования и науки Российской Федерации определены меры, направленные на модернизацию системы физкультурно-спортивного воспитания в образовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования, к числу

которых относятся внедрение мониторинга состояния здоровья; физического развития и физической подготовленности обучающихся; внедрение инновационных методик в области преподавания физической культуры; повышение квалификации педагогических работников и тренеров-преподавателей.

Актуальность содержания обусловлена подготовкой к введению Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта в спортивные школы. Федеральные стандарты спортивной подготовки предназначены для обеспечения единства основных требований к спортивной подготовке на всей территории Российской Федерации, планомерности осуществления спортивной подготовки на всей территории Российской Федерации и для подготовки спортсменов высокого класса для спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации. Введение Федеральных стандартов требует обновления содержания тренировочного процесса, в связи с изменениями потребностей личности, общества и государства в дополнительном образовании, вследствие чего формируется социальный заказ в системе повышения квалификации тренеров-преподавателей, выражающийся в требованиях к повышению профессиональной компетентности специалиста, занимающегося с детьми различных возрастов и обладающего необходимым уровнем методической культуры и сформированной готовностью к непрерывному процессу образования в течение всей жизни, выполнение которых должно привести к новому уровню личностного развития юного спортсмена, развития его способностей.

1.2. Цель и задачи реализации программы: повышение профессиональных компетенций слушателей в вопросах совершенствования тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, обеспечивающих способность к проектированию, эффективной организации профессиональной деятельности, ориентированной на достижение нового качества образования в соответствии с целевыми установками Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Для реализации цели программы необходимо решить комплекс задач:

- способствовать внедрению в учебно-тренировочный процесс современных эффективных методик физического воспитания и спортивной тренировки, учитывающих индивидуальные психологические, физиологические особенности развития детей и подростков, региональные особенности Мурманской области;
- систематизировать и совершенствовать технологию оценочно-аналитического компонента результативности оценочно-аналитического компонента результативности

процесса спортивной тренировки, поиска, обработки и использования современной информации;

- обеспечить общее понимание слушателями основных приоритетов современной государственной политики в сфере образования, физической культуры и спорта, в том числе, понимание роли педагога в модернизации и развитии спортивных учреждений;
- ознакомить с современным передовым педагогическим и инновационным опытом в области физической культуры и спорта;
- способствовать формированию методологической культуры слушателей в вопросах проектирования моделей организации тренировочного процесса на основе современных технологий обучения в понимании принципов, целей и задач оценки результатов обученности;
- готовить специалистов в области физической культуры и спорта к новым видам коммуникативной деятельности в образовательном процессе: проектирование учебных ситуаций, включение учащихся в различные виды деятельности;
- заложить основы технологических знаний слушателей в области создания и развития современной информационной образовательной среды тренировочного процесса.

Критерии оценки компетентности слушателя по итогам прохождения курсов как совокупный ожидаемый результат представляют собой следующие характеристики, которыми должны обладать специалисты в области спорта:

Название модуля	Наименование и (или) описание компетенции
Общекультурные компетенции (ОК)	
Модуль 1: Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	Знание вопросов государственной политики в сфере образования, культуры и спорта и умение в них ориентироваться (ОК-1)
	Понимание необходимости, сущности и специфики модернизации образовательного процесса в свете требований ФГОС нового поколения, его отличий от предшествующих типов и моделей обучения и тренировки; владение соответствующим понятийным аппаратом и терминологией (ОК-2)
	Способность использовать знания о современной естественнонаучной картине мира в образовательной и профессиональной деятельности, применять методы математической обработки информации, теоретического и экспериментального исследования (ОК-3)
Профессионально-деятельностные компетенции (ПДК)	
Модуль 1: Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в	Знание нормативной и правовой базы, регулирующей деятельность специалистов в области физической культуры и спорта в условиях введения ФГОС и умение применять ее в своей практике в учебно-тренировочном

спорте	процессе (ПДК 01)
	Способность выделять приоритетные направления в тренировочной деятельности по совершенствованию своего профессионального развития (ПДК-2)
	Способность оценивать личные и коллективные достижения в профессиональной и общественно-направленной деятельности (ПДК-3)
	Способность иметь представление о современном состоянии и проблемах обучения и тренировки (ПДК-4)
	Способность ставить задачи реализации приоритетов современной государственной политики в сфере образования, физической культуры и спорта через обучение современным методикам тренировки (ПДК-5)
Модуль 2 Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	Знание психолого-педагогических основ тренировочной и соревновательной деятельности в условиях введения ФГОС (ПДК-6)
	Знание основ системно-деятельностного и метапредметного подходов в обучении, как методологической платформы ФГОС (ПДК-7)
	Знание методик и технологий формирования универсальных учебных действий обучающихся (ПДК -8)
	Готовность применять современные методики и техники обучения, способствующие достижению личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и тренировки, предусмотренных ФГОС (ПДК -9)
Модуль 3 Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	Знания и умения в формировании целей и задач оценки предметных, метапредметных и личностных результатов, предусмотренных ФГОС (ПДК-10)
	Знания и умения в области оценки качества достижения предметных, метапредметных и личностных результатов, предусмотренных ФГОС (ПДК-11)
	Знания и умения в сфере проектирования моделей организации тренировочной и соревновательной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС на основе современных технологий обучения и тренировки (ПДК 12)
	Знания отечественного и зарубежного опыта в области применения современных технологий тренировочного процесса и умение анализировать возможности его применения в своей профессиональной деятельности (ПДК -13)
Модуль 2 Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	Знания и умения в сфере формирования современной информационной образовательной среды обучения с учетом индивидуальных потребностей учащихся (ПДК-14)
	Готовность применять современные информационно-коммуникационные технологии, для обеспечения качества процесса обучения и тренировки на этапах обучения (ПДК-15)
	Готовность применять современные образовательные ресурсы, в том числе цифровые для организации

		современного тренировочного цикла и соревновательной деятельности (ПДК-16)
Социально-рефлексивные компетенции (СРК)		
Модуль 2 Педагогические основы спортивной тренировки	Психолого-основы	Умение работать в команде (СРК- 1)
		Способность выделять приоритетные направления в спортивной деятельности (СРК-2)
		Способность к формированию личностной и профессиональной позиции по отношению к приоритетным установкам, обстоятельствам и ситуации (СРК-3)
		Способность к повышению личной мотивации и умения формирования коллективной мотивации (СРК-4)
		Способность порождать новые идеи в практической реализации задач обучения (СРК-5)
		Готовность к работе с текстами профессиональной направленности (СРК-6)
		Владение основами речевой профессиональной культуры (СРК-7)

1.3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания, умения и навыки, необходимые для качественного изменения компетенций, указанных в п. 1.2.

Слушатель должен знать:

- нормативно-правовые основы реализации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях, Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, приоритетные направления развития образования РФ, законы и иные нормативные акты, регламентирующие образовательную деятельность, Конвенцию о правах ребенка;
- психолого-педагогические особенности образовательной деятельности в сфере физической культуры, основы общетеоретических дисциплин: педагогику, психологию, возрастную физиологию и гигиену;
- технологию реализации педагогической системы дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта», современные педагогические технологии обучения и воспитания;
- методы убеждения и аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися и их родителями, коллегами по работе;
- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;
- методику организации и проведения экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- методику организации и проведения внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях;
- сущность оценочно-аналитического компонента и требования к контролю в учебно-тренировочном процессе;
- правила техники безопасности и оказания первой доврачебной помощи.
- трудовое законодательство;
- основы работы на ПК, с мультимедийным оборудованием.

Слушатель должен уметь:

- использовать современные методики и технологии обучения для построения тренировочных занятий;
- использовать современные методики оценочно-рефлексивной деятельности обучающихся;
- использовать различные формы и виды устной и письменной коммуникации для организации деятельности обучающихся;
- использовать информационные технологии, обеспечивающие эффективный поиск, структурирование информации, ее адаптацию к особенностям педагогического процесса и дидактическим требованиям;
- формулировать учебные проблемы и задачи различными информационно-коммуникативными способами;
- выполнять квалифицированную работу с различными информационными ресурсами, программно-методическими комплексами, позволяющими проектирование решения педагогических задач;
- разрабатывать рабочую программу по виду спорта и обоснованно выбирать учебно-методическое обеспечение;
- планировать и осуществлять учебно-тренировочный процесс, в соответствии с требованиями Федерального стандарта;
- оценивать эффективность и результаты обучения;
- осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе с использованием ИКТ;
- вырабатывать стратегию, тактику и технику взаимодействия с людьми, организовывать их совместную деятельность для достижения целей;
- убеждать, аргументировать свою позицию;
- осуществлять регулярную самостоятельную познавательную деятельность в целях развития своей профессиональной компетенции.

Слушатель должен владеть:

- способами эффективного конструирования прямой и обратной связи с другим человеком, установление контакта с обучающимися разного возраста, родителями, коллегами по работе;
- ораторским искусством, грамотностью устной и письменной речи, публичным представлением своей работы, отбором адекватных форм и методов презентации;
- способами обучения и воспитания обучающихся, с учетом их психо-физиологических особенностей и специфики вида спорта, с использованием современных технологий обучения и воспитания;
- навыками дистанционной образовательной деятельности, использования компьютерных и мультимедийных технологий, ведения рабочей документации на электронных носителях;
- способами совершенствования профессиональных знаний и умений в области физической культуры и спорта, современных подходов к организации образовательного процесса в свете целевых установок ФГОС.

1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу повышения квалификации «Системный подход в теории и методике спортивной тренировки в свете требований Федеральных стандартов спортивной подготовки» должен иметь среднее или высшее профессиональное образование.

1.5. Трудоемкость обучения

Нормативная трудоёмкость обучения по данной программе составляет 144 часа, включает все виды аудиторной и самостоятельной работы слушателя, и время, отводимое на контроль качества освоения слушателем программы.

Обучение по программе завершается итоговой аттестацией слушателей. Формой аттестации является *зачёт*.

1.6. Формы обучения

Форма обучения очная.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

программы повышения квалификации

«Системный подход в теории и методике спортивной тренировки в свете требований Федеральных стандартов спортивной подготовки»

Категория слушателей: специалисты в области физической культуры и спорта, тренеры-преподаватели по видам спорта, инструкторы и методисты детских спортивных школ, педагоги учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Срок обучения: 144 часа.

Форма обучения: очная.

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1	Модуль 1. Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	24	10	4	10	
2	Модуль 2. Психолого-педагогические основы спортивной тренировки	26	8	6	12	
3	Модуль 3. Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	94	28	16	50	
Итого		144	46	26	72	
Итоговая аттестация						зачет

2.2. Учебно-тематический план
программы повышения квалификации

«Системный подход в теории и методике спортивной тренировки в свете требований
Федеральных стандартов спортивной подготовки»

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Практич еские занятия	Самост оательн ая работа	
1	Модуль 1. Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте	24	10	4	10	
1.1	Система физической культуры и спорта в Российской Федерации	4	2		2	
1.2	Структура содержания образования в учреждениях дополнительного образования детей (ДЮСШ, СДЮСШОР)	6	2	2	2	
1.3	Нормативно-правовые основы реализации задач физического воспитания в учреждениях дополнительного образования детей	4	2		2	
1.4	Положение о порядке аттестации педагогических и руководящих работников государственных и муниципальных образовательных учреждений	6	2	2	2	
1.5	Федеральный стандарт спортивной подготовки по видам спорта	4	2		2	
2	Модуль 2 Психолого-педагогические основы спортивной подготовки	26	8	6	12	
2.1	Психологические особенности профессиональной деятельности тренера	4	2		2	
2.2	Современные технологии	6	2	2	2	

	воспитания и обучения					
2.3	Психолого-педагогические основы разрешения конфликтов в спортивных коллективах	4	2		2	
2.4	Неблагоприятные психические состояния спортсмена	6	2	2	4	
2.5	Психологические основы формирования микроклимата спортивной команды	6		2	2	
3	Модуль 3 Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы	94	28	16	50	
3.1	Технология планирования и программирования многолетнего процесса подготовки спортсменов	4	2		2	
3.2	Построение тренировки в малых (микроциклах), средних (мезоциклах) и больших (макроциклах) циклах тренировки	6	2		4	
3.3	Технико-тактическая подготовка спортсменов	4	2		2	
3.4	Моделирование и прогнозирование в многолетнем процессе спортивной подготовки	6	2	2	2	
3.5	Адаптационные изменения систем организма к физическим нагрузкам	12	4	4	4	
3.6.	Физиологические основы спортивной тренировки (питание, обмен веществ и т.д.)	8	4	2	2	
3.7	Методы исследования функционального состояния спортсменов, мониторинг физического развития	20	6	4	10	
3.8	Организация и проведение инновационной экспериментальной деятельности в сфере физической культуры и спорта в образовательных учреждениях	18	4	2	12	

	дополнительного образования детей					
3.9	Обоснование эффективности результатов экспериментальной деятельности в спортивной подготовке	16	2	2	12	
Итого		144	46	26	72	
Итоговая аттестация						зачет

III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

Наименование аудиторий, кабинетов	Вид учебных занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория	Лекции, практические занятия (семинары, тренинги, ролевые игры и др.)	Компьютер, мультимедийный проектор, экран
Компьютерный класс	Практические занятия	Компьютер, мультимедийный проектор, экран

3.2. Кадровое обеспечение программы и составители программы

Реализация дополнительной профессиональной программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научно-методической деятельностью. Преподаватели специальных дисциплин имеют опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере.

№ п/п	ФИО преподавателя	модуль	Ученая степень, звание	Другие сведения
1.	Вадюхин Сергей Васильевич	Модуль 1	Кандидат педагогических наук	Директор ГАПОУ МО «СКФКиС»
2	Митрофанова Елена Евгеньевна	Модуль 2	Соискатель на звание ученой степени	Методист по научно-методической работе Преподаватель профессиональных дисциплин
3.	Страхов Владимир Викторович	Модуль 3	Кандидат педагогических наук	Директор МАУ «СШОР № 3»

4.	Назарьев Анатолий Андреевич	Модуль 3	Доктор медицинский наук	Главный врач ГУЗ «Мурманский областной центр восстановительной медицины и реабилитации»
5	Арсеньева Елена Валерьевна	Модуль 3	Соискатель на звание ученой степени	Зам. директора ГАПОУ МО «СКФКиС» по учебной работе Преподаватель специальных дисциплин
6	Вадюхина Светлана Леонидовна	Модуль 3	Соискатель на звание ученой степени	Преподаватель профессиональных дисциплин

IV.ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Реализация программы предполагает промежуточную и итоговую аттестацию слушателей в форме зачета, который проводится в устной или письменной форме (Приложение 1 и 2)

Требования к зачетам

Зачеты служат формой проверки успешного освоения программы по отдельной дисциплине. Сдача зачета проводится в строгом соответствии с учебным планом в сроки, установленные учебным планом.

Промежуточная и итоговая аттестация осуществляется в форме зачета, который проводится в устной или письменной форме.

«Зачтено» ставится в том случае, если слушатель строит свой ответ в соответствии с планом, в ответе представлены различные подходы к проблеме, их обоснование достаточно полно. Слушатель устанавливает содержательные межпредметные связи. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, обнаруживает последовательность анализа. Выводы правильны. Речь грамотна, используется профессиональная лексика. Демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебного методического комплекса и дополнительных источников информации.

«Не зачтено» ставится, если ответ слушателя недостаточно логически выстроен, план ответа соблюдается непоследовательно. Слушатель обнаруживает слабость в развернутом представлении профессиональных понятий. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументируются. Ответ носит преимущественно теоретический характер, примеры отсутствуют.

Контрольные вопросы к зачету

Вопросы к зачету по модулю I

«Нормативно-правовые основы современного образовательного процесса в спорте»

1. Приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации.
2. Конвенция ООН о правах ребенка: значение, принципы, права детей.
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: общие положения, система образования.
4. Права, обязанности и ответственность обучающихся и их родителей (законных представителей) в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
5. Права, обязанности и ответственность работников общеобразовательных организаций в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
6. Устав и локальные акты образовательной организации.
7. Информационная открытость образовательной организации в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
8. Федеральные государственные образовательные стандарты: понятие, требования к структуре, условиям реализации и результатам освоения основных образовательных программ.
9. Формы получения образования и формы обучения.
10. Особенности реализации образовательных программ.
11. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.
12. Особенности организации образовательного процесса лиц с ограниченными возможностями здоровья.
13. Профессиональный стандарт «педагога».

14. Рабочее время и время отдыха педагогических работников в соответствии с Трудовым кодексом РФ и Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
15. Трудовые отношения в образовательной организации: прием на работу и увольнение.
16. Характеристика Закона «Об образовании» (ФЗ № 273 от 29.12.12 г.) в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
17. Соблюдение требований СанПиН в организации процесса физического воспитания в школе, как основной фактор здоровьесбережения обучающихся.
18. Характеристика статьи 11 «Олимпийское движение России. Олимпийский комитет России» ФЗ РФ от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в РФ».
19. Характеристика статьи 20 «Организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий» ФЗ РФ от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в РФ».
20. Характеристика Федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта.
21. Характеристика примерной программы по избранному виду спорта.
22. Характеристика рабочей программы по виду спорта.
23. Основные документы планирования процесса спортивной тренировки.
24. Всероссийский комплекс ГТО: цели, задачи, содержание, тестовые нормативы.

Вопросы к зачету по модулю 2

«Психолого-педагогические основы спортивной тренировки»

1. Из каких компонентов складывается авторитет тренера у спортсменов?
2. Каковы особенности воспитательной работы тренера?
3. Что характерно для тренера, относящегося к своей работе творчески?
4. Характеристика педагогических особенностей тренерской деятельности.
7. Проанализируйте предсоревновательные состояния спортсменов.
8. Что такое состояние психической готовности спортсмена к соревнованию?
9. Дайте характеристику моделированию как методу психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.
10. Предсоревновательные состояния спортсменов: виды, характеристика, проявления.
11. Какие способы саморегуляции неблагоприятных психических состояний спортсмена вы знаете?

Вопросы к зачету по модулю 3

«Проектирование соревновательного и тренировочного процесса на основе требований к результатам освоения образовательной программы»

1. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки в избранном виде спорта (согласно федеральному образовательному стандарту).
2. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
3. Средства спортивной тренировки на этапе начальной подготовки
4. Методы спортивной тренировки на этапе углубленной спортивной специализации.

5. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в малом цикле тренировки - микроцикле.
6. Построение структуры многолетнего тренировочного процесса в избранном виде спорта.
7. Построение тренировочного процесса в средних-мезоциклах: содержание, виды.
8. Методика воспитания координационных способностей в избранном виде спорта.
9. Методика воспитания скоростных способностей в избранном виде спорта.
10. Методика воспитания силовых способностей в избранном виде спорта.
11. Методика воспитания выносливости в избранном виде спорта.
12. Методика технической подготовки в избранном виде спорта.
13. Этапы формирования спортивной формы в макроцикле спортивной подготовки.
14. Методика выявления признаков высокой тренированности при стандартных нагрузках.
15. Составляющие комплексного контроля в подготовке спортсмена.
16. Методика проведения спортивного отбора, спортивной ориентации, выявление способностей.
17. Учет в процессе спортивной тренировки: значение, виды.
18. Тактическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта.
19. Общая физическая подготовка в избранном виде спорта.
20. Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта.
21. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
22. Подготовка тренера-преподавателя к учебно-тренировочному занятию.
23. Этапы формирования навыков в технике двигательных действий в избранном виде спорта.
24. Организация и проведение спортивных соревнований. Положение о соревнованиях. Система проведения и определение победителей.
25. Методы исследования физической работоспособности в спорте (функциональные пробы: Летунова, Рюфье, Гарвардский степ-тест.)