



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра физической культуры и БЖД

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

(подпись) Е.Е. Соколов

«30» августа 2025 года

Рабочая программа дисциплины

Теория и методика избранного вида спорта

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Иваново



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

1. Цели освоения дисциплины

Данный курс является базовым в структуре подготовки бакалавра физической культуры и необходим для создания представления о теоретических основах использования избранных видов физкультурно-спортивной деятельности. В процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, организационных и нормативных основах соревновательной деятельности, овладеть технологиями планирования и проведения занятий, спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» относится к части формируемой участниками образовательной программы. Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента формируются на основе среднего (полного) общего образования по физической культуре. Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» тесно сопряжена с дисциплиной «Теория и методика обучения базовым видам спорта» и «Теория и методика физической культуры».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен: Знать: основные положения дидактики, теории и методики физической культуры, стандарты спортивной подготовки. Уметь: осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки. Иметь: практический опыт работы методиками проведения занятий в избранном виде спорта.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

в) профессиональные (ПК):

- способностью реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК-2) - способностью осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4) - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-5)

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать: - индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК-2)

- руководство соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4)

- индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-5)

Уметь: - реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (ПК-

- осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4) - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий,



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-5).

Иметь практический опыт/Иметь навыки:

- практический опыт подхода в процессе спортивной подготовки (ПК-2)
- навыки руководства соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4)
- навыки совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-5)

4. Объем и содержание дисциплины Объем дисциплины составляет 10 зачетных единицы (360 академических часов).

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Методика обучения двигательным действиям в ИВС	4	4	4	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов.
	Основы спортивной тренировки в ИВС	4	4	4	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов.
	Основы работоспособности и восстановления в ИВС.		4	4	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов.
Итого:			12	12	Экзамен
2	Система многолетней подготовки в ИВС (избранном виде спорта) Отбор и прогнозирование в ИВС	5	4	4	Контрольная работа
Итого:			4	4	Экзамен
Итого по дисциплине:			16	16	

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Тема 1. Методика обучения двигательным действиям в ИВС. Общие основы обучения технике ИВС

Основы обучения двигательным действиям: принципы, средства, методы. Метод целостно-конструктивного упражнения. Метод расчленено-конструктивного упражнения. Словесные, наглядные и практические методы обучения. Обще-подготовительные и специально-



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

подготовительные упражнения. Сущность вспомогательных и подводящих упражнений. Основной смысл использования соревновательных упражнений в тренировке.

Эффективные средства и методы в обучении технике Эффективные средства и методы при начальном обучении технике ИВС. Использование имитационных движений. Использование специальных тренажеров. Наглядные методы и внедрение современных технологий в процесс обучения технике ИВС. Эффективные средства и методы в процессе совершенствования техники ИВС.

Основные этапы в обучении Этап первоначального представления. Этап разучивания и освоения техники. Умения и навыки. Предпосылки перехода умения в навык. Этап совершенствования техники. Динамический стереотип двигательного действия в технике: особенности образования, положительные и отрицательные стороны. Особенности становления индивидуальных деталей техники ИВС.

Методика исправления ошибок в технике Методика исправления ошибок в технике на начальном этапе. Преимущества исправления техники на начальном этапе обучения. Средства и методы исправления ошибок на этапе спортивного совершенствования. Проблемы исправления ошибок на этапе спортивного совершенствования.

Совершенствование технического мастерства Понятие технического мастерства и способы его оценки. Эффективность техники: спортивный результат или соответствие техники индивидуальным физическим возможностям. Пути совершенствования технического мастерства. Развитие физических качеств. Новые приемы и подходы.

Тема 2. Основы спортивной тренировки в ИВС. Основы спортивной тренировки

Спортивная тренировка как педагогический процесс: цель, задачи, основные функции и структура. Спортивная тренировка и спортивная подготовка. Общая характеристика основных сторон, видов и разновидностей спортивной подготовки. Проблема всесторонней подготовки в спорте. Спортивные занятия как основная организационная форма спорт.подготовки. Общая характеристика типов, видов и разновидностей спортивных занятий по ИВС. Форма и содержание занятий: их единство и взаимосвязь. Характеристика составных компонентов структуры спортивного занятия. Сущность разминки и «заминки».

Физическая подготовка Сущность физической подготовки. Общая и специальная физическая подготовка. Общая физическая подготовка: цель, задачи, характеристика средств и методов.

Специальная физическая подготовка: цель, задачи, характеристика средств и методов. О соотношении общей и специальной физической подготовки. Оптимальный подбор наиболее эффективных средств и методов общей и специальной физической подготовки. Средства физической подготовки спортсменов: принципы подбора и классификация. Проблема «переноса» двигательных навыков. Методы физической подготовки: их сущность, классификация и особенности применения.

Физические качества Определение «ведущего» физического качества спортсмена и его взаимосвязь с остальными. Проблема переноса физических качеств. Структурная характеристика выносливости (силы, ловкости, быстроты, гибкости) и определение её видов и разновидностей. Основные компоненты выносливости (силы) и их уровень на различных дистанциях (в различных условиях). Возрастные особенности развития физических качеств в ИВС.

Техническая подготовка Сущность и общая характеристика «технической подготовки». Этапы технической подготовки. Общие основы и принципы обучения в ИВС. Содержание общей физической подготовки спортсменов с технической направленностью. Содержание специальной физической подготовки спортсменов с технической направленностью. О рациональном соотношении общей и специальной «технической» подготовки.

Тактическая и психологическая подготовка Сущность и общая характеристика тактической подготовки спортсменов. Этапы совершенствования тактического мастерства. Содержание общей физической подготовки с тактической направленностью. Содержание специальной физической подготовки с тактической направленностью. О соотношении общей и специальной тактической подготовки спортсменов. Сущность и общая характеристика психологической подготовки гребцов. Основные компоненты психологической подготовки. Проблемы волевой подготовки. Содержание



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

специальной физической подготовки с психологической направленностью. Сущность и общая характеристика видов и разновидностей теоретической подготовки.

Тема 3. Основы работоспособности и восстановления в ИВС. Проблемы работоспособности

Сущность, структура и общая характеристика работоспособности. Сущность и общая характеристика динамики работоспособности. Основы методологии исследования динамики работоспособности спортсменов. Динамика работоспособности спортсменов и ритмические колебания уровня физиологической активности его организма.

Нагрузка в ИВС Сущность, структура и общая характеристика спортивной нагрузки. Виды физических нагрузок. Нагрузка физическая и функциональная. Психологическая нагрузка. Сущность двигательного действия, физического воздействия и характеристика видов.

Принципы соответствия нагрузок Принципы соответствия физических нагрузок. Принцип соответствия психологических и функциональных нагрузок. Принцип пороговых нагрузок. Принцип сверхнагрузок. Понятие форсированных нагрузок. Возрастные особенности и физические нагрузки.

Проблемы восстановления Отдых как основной компонент структуры физической нагрузки и характеристика его видов. Метод – как определенное взаимодействие закономерностей построения физических воздействий и отдыха.

Проблемы расходования рабочих потенциалов и характеристика его видов разновидностей. Субъективное и объективное выражение утомления. Восстановление рабочих потенциалов и характеристика их видов и разновидностей. Способ адаптации как определенное взаимодействие закономерностей протекания процессов утомления и восстановления. О парной взаимосвязи и взаимозависимости структурных компонентов физической и функциональной нагрузок. Основные формы динамики физической и функциональной нагрузок и их взаимосвязь.

Проблемы реабилитации в спорте Травмы в ИВС. Признаки переутомления и перетренированности. Проблемы реабилитации в спорте и ее конкретное выражение в нагрузках. Профилактика и диагностика перетренированности.

Тема 4. Система многолетней подготовки в ИВС. Основы построения процесса спортивной подготовки

Принципы и закономерности процесса спортивной подготовки. Сущность тренировочного и соревновательного процесса. Сущность периодизации и цикличности. Общая характеристика периодов и этапов процесса спортивной подготовки. Мега-, макро-, мезо-, и микроструктуры (циклы) процесса спортивной подготовки.

Спортивная форма Сущность спортивной формы и характеристика состояния оптимальной осевой готовности спортсмена. Фазы развития спортивной формы как естественная закономерность построения мега-, макро-, мезо- и микроструктур и циклов процесса спортивной подготовки.

Спортивное занятие как основа спортивной подготовки Общая характеристика и особенности построения изолированного двигательного действия и отдельного физического упражнения. Спортивное занятие как основная микроструктура процесса построения спортивной подготовки и их классификация. Общая характеристика и особенности построения типичного тренировочного занятия по виду спорта. Общая характеристика и особенности построения атипичного комплексного тренировочного занятия по виду спорта. Общая характеристика, и особенности построения атипичного комбинированного тренировочного занятия по виду спорта.

Основы построения микроциклов Общая характеристика и особенности построения микроструктуры соревновательного занятия по виду спорта. Общая характеристика и особенности построения суточных микроструктур (циклов) процесса спортивной подготовки. Общая характеристика и особенности построения недельных мезоструктур (циклов) процесса спортивной подготовки. Общая характеристика и особенности построения месячных мезоструктур (циклов) процесса спортивной подготовки.

Основы построения макроциклов Общая характеристика и особенности построения годовых и полугодовых макроструктур (циклов) процесса спортивной подготовки. Цель, задачи,



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

содержание и особенности построения соревновательных периодов в макроструктурах процесса спортивной подготовки. Цель, задачи, содержание и особенности построения соревновательных периодов в макроструктурах процесса спортивной подготовки. Цель, задачи, содержание и особенности построения переходного периода в макроструктурах процесса спортивной подготовки.

Основы построения олимпийских макроциклов

Общая характеристика и особенности построения двух- и четырехлетних макроструктур (циклов) процесса спортивной подготовки. Олимпийский цикл в подготовке спортсменов: задачи, содержание. Проблемы планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов. Учет возрастных особенностей спортсменов.

Научно-теоретические основы построения многолетней спортивной подготовки Общая характеристика содержания и особенности построения системы многолетней спортивной подготовки. Сущность периодизации и этапности многолетней спортивной подготовки. Основные этапы многолетней спортивной подготовки. Сущность преемственности этапов многолетней спортивной подготовки. Проблемы перехода из юношеского спорта во взрослый. Понятие «спортивной формы» в системе многолетней спортивной подготовки.

Задачи и общая характеристика этапов многолетней спортивной подготовки Задачи и общая характеристика подготовки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивной специализации. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Задачи и общая характеристика подготовки спортсменов на этапе спортивного долголетия. Задачи и общая характеристика подготовки ветеранов спорта.

Эффективные средства и методы этапов многолетней спортивной подготовки Общая характеристика средств и методов многолетней системы спортивной подготовки гребцов. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе предварительной подготовки. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивной специализации. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивного совершенствования. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов на этапе спортивного долголетия. Эффективные средства и методы в тренировке спортсменов ветеранов гребного спорта.

Возрастные особенности этапов многолетней спортивной подготовки Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе предварительной подготовки. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивной специализации. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе углубленной спортивной подготовки. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивного совершенствования. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Учет возрастных особенностей спортсменов на этапе спортивного долголетия. Учет возрастных особенностей при подготовке ветеранов гребного спорта. Влияние возрастных особенностей на работоспособность спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

Тема 5. Отбор и прогнозирование в ИВС. Научно-теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Понятие спортивного отбора. Сущность отбора. Задачи отбора. Проблема отбора и комплектование команды в ИВС. Проблема психо- и соматофизиологической совместимости спортсменов. Спортивная селекция как отбор и комплектование сборных команд. Психофизиологический климат команды, сборной. Сущность и общая характеристика прогнозирования и проектирования спортивной подготовки. Иерархические ряды целей и прогнозов процесса спортивной подготовки, отбора и прогнозирования. **Виды отбора и прогнозирования** Общая характеристика видов и разновидностей отбора в ИВС.

Этапы отбора. Олимпийский и перспективный отбор. Начальный отбор. Проблема психофизиологической предрасположенности к занятиям различными видами спорта. Текущий отбор и прогнозирование спортивных достижений. Краткосрочный и долгосрочный прогнозы.

Критерии отбора и прогнозирования Морфологические критерии. Специальная и общая физическая подготовка как критерии спортивного отбора и прогнозирования. Биологический возраст - истинный возраст индивидуума. Под биологическим возрастом понимается достигнутый отдельным индивидуумом уровень развития морфологических показателей и связанных с ними функциональных явлений жизнедеятельности организма, соответствующий среднему для всей популяции уровню, характерному для данного и хронологического возраста. Важным моментом при осмотре детей во время отбора для занятий спортом является сопоставление их паспортного и биологического возраста.

Сравнительный анализ специальной подготовленности с учетом биологического возраста у пловцов трех поколений показал улучшение качества отбора перспективного контингента в каждом последующем десятилетии. Определение биологической зрелости - неперемное условие обследования спортсменов и интерпретации полученных данных. Без знаний истинного возраста трудно правильно оценить уровень достигнутых спортсменом результатов и его дальнейшую перспективность, выявить присущие ему особенности телосложения и функциональные возможности различных систем.

Методика отбора и прогнозирования в ИВС Методы отбора. Сущность и уровни планирования и программирования отбора и прогнозирования. Общая характеристика перспективного планирования и программирования. Общая характеристика текущего планирования и программирования. Общая характеристика оперативного планирования и программирования. Формы учета спортивных достижений. Дневник спортсмена.

Тематика семинарских занятий Спортивный отбор и спортивная ориентация: понятия, сущностные характеристики, особенности реализации в избранном виде спорта.

Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и сущностные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Общие основы функционирования системы спортивного отбора. Специфические особенности спортивного отбора в избранном виде спорта. Организация и методы спортивного отбора, их особенности на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта. Общие основы организации спортивного отбора. Специфические особенности методик спортивного отбора в избранном виде спорта. Актуальные проблемы теории и практики спортивного отбора.

Общие основы и специфические характеристики видов подготовки в избранном виде спорта. Теоретическая подготовка. Физическая подготовка. Техническая подготовка.



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Тактическая подготовка. Психологическая подготовка. Интегральная подготовка. Актуальные проблемы спортивной подготовки.

Общие положения и особенности подготовки и проведения соревнований в избранном виде спорта. Основные понятия и общие положения организации проведения соревнований. Характеристика системы спортивных соревнований в беговых видах легкой атлетики. Характеристика системы спортивных соревнований в лыжных гонках. Характеристика системы соревнований в командных спортивных играх (баскетбол, волейбол, футбол), и других видов спорта, перечислить и раскрыть.

Актуальные проблемы соревновательной деятельности. Анализ проблем спортивной тренировки. Научно-методические подходы к конструированию тренирующих воздействий. Системообразующие факторы конструирования тренирующих воздействий. Принципы конструирования тренирующих воздействий. Культуросообразность двигательных заданий и действий. Природосообразность двигательных заданий и действий. Обобщение (на разных уровнях) теоретических знаний. Единство педагогических принципов и биологических закономерностей, обусловленное цельностью и неделимостью человеческой сущности. Подчинение (прямое или опосредованное) формированию соревновательного стереотипа, как системообразующему фактору методики спортивной тренировки, исключающее нерациональные тренировочные нагрузки. Адекватность физических нагрузок желаемым тренировочным эффектам и спортивным результатам, обусловленная компетентностью тренера и возможностями спортсмена, позволяющая избегать ошибочных решений.

Спортивное соперничество. Культура спортивного болельщика: кто ответственен за его воспитание. Спортивное соперничество: проблемы его гуманизации. Коммерческие соревнования: за и против. Внешние условия соревновательной деятельности в избранном виде спорта и характер их влияния на спортивный результат. Технические средства регистрации спортивных результатов и проблемы их использования. Функции и задачи работы комплексных научных групп во время подготовки спортсменов к участию в соревнованиях.

Техника безопасности в избранном виде спорта.

Требования безопасности во время занятий легкой атлетикой. Требования безопасности во время занятий гимнастикой. Требования безопасности при проведении игр по баскетболу, футболу, волейболу. Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Техника безопасности при проведении занятий в тренажерном зале. Техника безопасности при проведении спортивных мероприятий.

Разработайте положение о проведении квалификационных соревнований по избранному виду спорта с указанием цели и задач, места и времени, требований к участникам, регламента и предмета состязания, порядка определения квалификационного уровня (результата), награждения и финансирования.

Проведите анализ динамики спортивных достижений членов своей спортивной группы (ведущих спортсменов своего спортивного клуба, района, города, области) за последний олимпийский цикл. Составьте календарный план спортивных соревнований различного ранга по избранному виду спорта на один год для спортсменов группы учебно-тренировочной группы и спортсменов группы спортивного совершенствования.



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Проведите мини-исследование по теме: Результативность выступления на главных соревнованиях сезона как показатель эффективности подготовки в годичном макроцикле (на примере выступления спортсменов вашей спортивной организации в избранном виде спорта). Удовлетворенность спортсменов (команды) в избранном виде спорта уровнем материально-технического обеспечения соревнований различного ранга. Режим соревнования как фактор успешности выступления его участников (на примере соревнований в избранном виде спорта).

5. Образовательные технологии

Реализация программы предусматривает использование традиционных и информационно-коммуникационных образовательных технологий. Теоретический материал изучается на лекциях, а затем отрабатывается на семинарских занятиях. Закрепление изученного на лекциях теоретического материала происходит в ходе самостоятельной подготовки студента к занятиям, проведения в рамках занятий семинарского типа.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов направлена на углубленное самостоятельное изучение отдельных разделов и тем рабочей программы. Самостоятельная работа студентов проходит в форме изучения теоретического материала (лекций, рекомендованной литературы, в том числе и самостоятельного поиска материалов в глобальной сети). К самостоятельной работе относится также выполнение семинарских заданий (чтение рекомендованной литературы, работа с источниками). Контроль самостоятельной работы студентов в процессе изучения дисциплины осуществляется на основе оценки знаний основных разделов курса в соответствии с графиком контрольных мероприятий (п.4.1.).

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.1 Текущий контроль качества знаний студентов проводится в рамках действующей рейтинговой системы организации и контроля учебного процесса. (Приложение № 2.Фонд оценочных средств.)

Для текущего контроля знаний студентов проводятся:

- устный опрос на лекциях;
- проверка выполнения письменных домашних заданий и рефератов; Изучение каждого модуля дисциплины завершается контрольной точкой, проводимой в форме выполнения письменных домашних заданий и рефератов. Оценки составляющих компонентов текущего контроля вносятся преподавателями в рейтинговые ведомости по завершению изучения каждого модуля. Из этих оценок формируется текущий рейтинг студента, в свою очередь являющийся основой для определения итогового рейтинга студента по дисциплине.

7.2. Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет выставляется с учетом рейтинга студента. При 65 и более набранных студентом баллах, зачет может быть выставлен «автоматом». Максимальное количество баллов, которое может набрать студент по текущей успеваемости – 100 баллов. Если после проведения в семестре последнего итогового контроля по дисциплине у студента образовалась задолженность по одному из модулей, то ликвидация задолженности производится в соответствии с Приказом ИвГУ № 3 от 09.01.2014 года по графику, разработанному преподавателем кафедры.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Основная литература:

1. Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608 - 609 - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (14.02.2019).
2. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 75 с. : ил. - Библиогр.: с. 65 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419> (14.02.2019).
3. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр : учебное пособие / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. - Омск : Издательство СибГУФК, 2017. - 108 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> (14.02.2019).
4. Григорьева, И.В. Физическая культура. Основы спортивной тренировки : учебное пособие / И.В. Григорьева, Е.Г. Волкова, Ю.С. Водолазов. - Воронеж : Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012. - 87 с. - ISBN 978-5-7994-0518-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142220> (14.02.2019).

Дополнительная литература:

1. Астахова, М.В. Волейбол : учебно-методическое пособие / М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 132 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4904-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425> (14.02.2019).
2. Основы обучения технике игры в волейбол : учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 280 с. : схем., табл., ил. - Библиогр.: с. 274-276 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072> (14.02.2019).
3. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002. - 864 с.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. М: Советский спорт, 2005. - 820 с.
5. Содержание и структура соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации: учебное пособие / И.А. Арбузин, В.А. Блинов, Ю.И. Сиренко и др. ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 56 с. :



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

схем., табл. - Библиогр.: с. 47; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274895> (14.02.2019).

6. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры / Ж. К. Холодов, А.С. Кузнецов. - М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 320 с.

7. Чеснова, Е.Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Е.Л. Чеснова. - Москва :Директ-Медиа, 2013. - 226 с. - ISBN 978-5-4458-3079-5; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946> (14.02.2019).

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://uni.ivanovo.ac.ru> - система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»

2. <http://lib.sportedu.ru/> – информационный справочник. Физическая культура и спорт в России: «Кто есть кто».

3. <http://mars.arbicon.ru/> – список журналов по рубрике «Физическая культура и спорт».

4. <http://sport.minstm.gov.ru/> – официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ.

5. Чертов Н.В. Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (гребля на байдарках и каноэ) : учебное пособие / Н.В. Чертов, О.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта, НОЦ «Инновационные технологии и научно-методическое обеспечение системы физического воспитания и спорта». - Ростов : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 148 с. - ISBN 978-5-9275-1045-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241094> (23.04.2018).

6. Махов С.Ю. Штурмовой бой ГРОММ. Теория и методика тренировки : учебно-методическое пособие / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИБ, 2014. - 74 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428641> (23.04.2018).

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru; http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka)

2. Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

3. Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

4. СПС «КонсультантПлюс» Программное обеспечение: операционная система MicrosoftWindows, пакет офисных программ MicrosoftOfficeи(или) LibreOffice, интернет-браузер MicrosoftEdge и(или) YandexBrowser.



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Необходимое материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает:

- наличие библиотечного фонда литературы по теории и методике избранным видом спорта (учебники и учебные пособия, словари и журналы, первоисточники);
- наличие доступного для студента выхода в Интернет;
- наличие специально оборудованных аудиторий для мультимедийных презентаций.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Автор(ы) рабочей программы дисциплины: Самсонов Дмитрий Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и БЖД

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и БЖД
«28» августа 2025 г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № 1 от « 28 » августа 2026 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ И.О. Фамилия
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 __ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ И.О. Фамилия
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 __ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ И.О. Фамилия
(подпись)