

Общество с ограниченной ответственностью  
«Национальный центр развития дополнительного образования»

---

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, д.7, к.1, комната 12,  
тел. +7 (499) 288 00 36, e-mail: [info@ncrdo.ru](mailto:info@ncrdo.ru), веб-сайт: [www.ncrdo.ru](http://www.ncrdo.ru)

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 101 от «22» сентября 2021г

Генеральный директор ООО «НЦРДО»

Зотов А.И.

М.П.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

**«Тренер-преподаватель по избранному виду спорта  
(баскетбол)»**

**Квалификация**

Тренер-преподаватель по баскетболу

**Вид профессиональной деятельности**

Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью

**Общая трудоемкость**

600 академических часов

**Форма обучения**

Заочная

Москва, 2021

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940).
4. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 года № 952н).
5. Локальные нормативные акты Образовательной организации.

### **1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения**

**Цель:** формирование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в сфере проведения тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью, приобретение новой квалификации.

#### **Характеристика нового вида профессиональной деятельности**

**Область профессиональной деятельности:** физическая культура и спорт (в сфере спортивной подготовки).

**Объекты профессиональной деятельности:** тренировочные мероприятия и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов; предметная область физической культуры по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам.

**Виды профессиональной деятельности:** ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся.

**Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, готов решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа:**

ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся:

- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;
- проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;
- проведение занятий физической культурой и спортом;
- психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом;
- организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях;

- формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей, честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств;
- обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом;
- проведение работы по предотвращению применения допинга;
- осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки.

#### **Уровень квалификации**

Достижение 6 уровня квалификации в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель».

**Присваиваемая квалификация:** тренер-преподаватель по баскетболу.

**Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в процессе освоения программы**

В процессе освоения программы обучающийся формирует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

| Код компетенции | Наименование компетенции                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-3           | Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке |
| ОПК-14          | Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса                                                                                                                             |

#### **Планируемые результаты обучения**

Выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими виду(ам) деятельности по профессиональному стандарту «Тренер-преподаватель»:

| Код                                                                                     | Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ВД 1. Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся (А/6) |                                                                                                                                                                                                                                     |
| ОПК-3                                                                                   | Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке |
| ОПК-14                                                                                  | Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса                                                                                                                             |

### **1.3. Категория обучающихся**

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

**1.4. Форма обучения:** заочная.

**1.5. Срок освоения программы**

Срок освоения программы составляет 600 часов.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

| №п<br>п                         | Наименование<br>разделов,<br>дисциплин<br>(модулей)                                                                              | Общая<br>трудоемк<br>ость, в<br>акад.<br>часах | Работа обучающегося в СДО |                  |                             | Формы<br>промежуточно<br>й и итоговой<br>аттестации (ДЗ,<br>З) <sup>1</sup> |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------|------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                                                                                  |                                                | Лекц<br>ии                | Тестиров<br>ание | Практиче<br>ские<br>занятия |                                                                             |
| Нормативно-правовой раздел      |                                                                                                                                  |                                                |                           |                  |                             |                                                                             |
| 1                               | Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС | 18                                             | 10                        | 2                | 6                           | З                                                                           |
| Психолого-педагогический раздел |                                                                                                                                  |                                                |                           |                  |                             |                                                                             |
| 2                               | Педагогика                                                                                                                       | 48                                             | 20                        | 8                | 20                          | З                                                                           |
| 3                               | Общая психология                                                                                                                 | 48                                             | 20                        | 8                | 20                          | З                                                                           |
| 4                               | Возрастная психология                                                                                                            | 24                                             | 16                        | 2                | 6                           | З                                                                           |
| 5                               | Основы спортивной психологии                                                                                                     | 62                                             | 36                        | 8                | 18                          | ДЗ                                                                          |
| Раздел специальных дисциплин    |                                                                                                                                  |                                                |                           |                  |                             |                                                                             |
| 6                               | Теория и методика физической культуры                                                                                            | 46                                             | 36                        | 4                | 6                           | ДЗ                                                                          |
| 7                               | Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена                                                                            | 62                                             | 36                        | 8                | 18                          | З                                                                           |
| 8                               | Организация эффективного отбора                                                                                                  | 28                                             | 18                        | 4                | 6                           | З                                                                           |

<sup>1</sup> ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

|                     |                                                                                          |            |    |   |    |                                           |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----|---|----|-------------------------------------------|
|                     | спортсменов.<br>Подготовка к<br>соревновательному<br>процессу                            |            |    |   |    |                                           |
| 9                   | Комплексная<br>организация<br>тренировочного<br>процесса                                 | 46         | 36 | 4 | 6  | 3                                         |
| 10                  | Технологии и<br>методики обучения<br>базовым<br>(циклическим)<br>видам спорта            | 54         | 28 | 8 | 18 | ДЗ                                        |
| 11                  | Технологии и<br>методики обучения<br>базовым<br>(ациклическим)<br>видам спорта           | 54         | 28 | 8 | 18 | ДЗ                                        |
| 12                  | Основы и способы<br>оказания первой<br>помощи                                            | 28         | 18 | 4 | 6  | 3                                         |
| 13                  | Основы<br>медицинских<br>знаний и здорового<br>образа жизни                              | 24         | 16 | 2 | 6  | 3                                         |
| 14                  | Методология<br>подготовки<br>высококвалифициро<br>ванных<br>спортсменов по<br>баскетболу | 46         | 36 | 4 | 6  | ДЗ                                        |
| Итоговая аттестация |                                                                                          | 12         |    |   |    | Итоговый<br>междисциплин<br>арный экзамен |
| <b>ИТОГО</b>        |                                                                                          | <b>600</b> |    |   |    |                                           |

## 2.2. Учебно-тематический план

| №<br>пп                           | Наименование<br>разделов,<br>дисциплин<br>(модулей) и тем                                 | Вс<br>его<br>час<br>ов | Содержание лекций<br>(количество часов)                                                                                          | Наименование<br>практических<br>занятий (количество<br>часов)                                                                 | Тестиро<br>вание |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Нормативно-правовой раздел</b> |                                                                                           |                        |                                                                                                                                  |                                                                                                                               |                  |
| 1                                 | Нормативно-<br>правовое<br>обеспечение<br>современного<br>образования.<br>Цели и задачи в | 18                     | Общая характеристика<br>законодательства,<br>регулирующего<br>отношения в сфере<br>образования. Право на<br>образование. Система | Выполните задание:<br>Составьте перечень<br>академических прав и<br>свобод, а также<br>трудовых прав и<br>социальных гарантий | Тест (2<br>часа) |

|                                        |                                                        |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|                                        | системе образования в соответствии с требованиями ФГОС |    | образования в Российской Федерации. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования. Педагогические работники. Право на занятие педагогической деятельностью. Правовой статус педагогических работников. Возникновение образовательных отношений. Особенности реализации общего образования, профессионального образования, дополнительного образования. ФГОС. Требования образовательного стандарта (10 часов) | педагогических работников на основании ст. 47 Закона об образовании в РФ (в свободной форме). (6 часов)                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |
| <b>Психолого-педагогический раздел</b> |                                                        |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |
| 2                                      | Педагогика                                             | 48 | Объект, предмет и задачи педагогической науки. Взаимосвязь педагогической науки и практики. Методы и средства обучения в школе. Формы организации обучения. Проверка и оценка результатов обучения. Методология практической педагогической деятельности. Целеполагание в педагогической деятельности. Общие закономерности и принципы воспитания. Педагогическое проектирование. Педагогические технологии                                | Выполните задания:<br>1. Разработайте наиболее приоритетные цели и обоснуйте концептуальные основы собственной авторской школы, если бы вы ее попытались разработать с учетом всего самого прогрессивного из того, что вам известно.<br>2. Какие из педагогических инноваций, стратегий в плане воспитания духовно и физически здоровой личности вы считаете наиболее перспективными и | Тест (8 часов) |

|   |                       |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |
|---|-----------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|   |                       |    | (20 часов)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | результативными? Обоснуйте почему.<br>3. Назовите 5–7 педагогических идей, практическая реализация которых может существенно повысить качество образования в России. Обоснуйте свою точку зрения.<br>(20 часов)                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |
| 3 | Общая психология      | 48 | Психология как наука. История развития психологии. Общая характеристика психологической науки. Развитие психики и происхождение сознания. Познавательная сфера личности. Ощущение, восприятие, внимание. Познавательная сфера личности. Память, мышление, воображение, интеллект. Эмоционально-волевая сфера личности. Структура личности в психологии<br>(20 часов) | Выполните задания:<br>1. Заполните таблицу «История развития психологии» по образцу.<br>2. Продолжите заполнять таблицу по образцу. Какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях.<br>3. Составьте обобщенную схему характеристики сознания человека.<br>4. Опишите типы темперамента человека. Ознакомьтесь с опросником Г. Айзенка на диагностику типов темперамента – Айзенка личностный опросник (ЕРІ). Пройдите этот тест, опишите получившиеся результаты.<br>(20 часов) | Тест (8 часов) |
| 4 | Возрастная психология | 24 | Предмет и задачи психологии развития и возрастной психологии. Теории развития человека. Дошкольное детство. Младший школьный возраст.                                                                                                                                                                                                                                | Ответить на вопросы:<br>1. Опишите процесс формирования сенсорных систем в дошкольном детстве.<br>2. Почему учебная деятельность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Тест (2 часа)  |

|   |                              |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |
|---|------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|   |                              |    | <p>Подростковый и юношеский возраст. Развитие зрелой личности (16 часов)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>признается ведущей именно в младшем школьном возрасте, а не на всем протяжении школьного обучения?</p> <p>3. Являются ли ориентиры в интеллектуальном и личностном развитии подростка типичными, нормативными достижениями или выступают как «возможности», «идеалы»?</p> <p>4. Выскажите вашу точку зрения по поводу ведущей деятельности в период зрелости. Сравните ее с известными вам позициями психологов. (6 часов)</p> |                |
| 5 | Основы спортивной психологии | 62 | <p>Международное спортивное движение и психология спорта. Психологические особенности личности тренера. Психомоторные способности человека. Психологические основы технической подготовки. Проблема спортивного отбора и спортивной ориентации. Проблема личностных особенностей в спорте, понятие «напряженное состояние». Проблема мотивов и мотивации спортивной деятельности. Проблема психологического контроля и управления спортивной деятельностью.</p> | <p>Выполните задания:</p> <p>1. Какие психомоторные показатели можно использовать для оценки психомоторных способностей? Охарактеризуйте каждый из них.</p> <p>2. Какое волевое качество проявляется у спортсменов в данных примерах? По каким признакам вы это определили?</p> <p>3. Охарактеризуйте каждое из четырех состояний соревновательной готовности спортсмена:</p>                                                     | Тест (8 часов) |



|                                     |                                       |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |
|-------------------------------------|---------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|                                     |                                       |    | <p>Взаимоотношения в системах «тренер — спортсмен», «спортсмен — спортсмен».</p> <p>Социальная психология спортивных групп.</p> <p>Стартовые состояния и предстартовая подготовка спортсменов (36 часов)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>1) недостаточное возбуждение;</p> <p>2) оптимальное возбуждение;</p> <p>3) перевозбуждение;</p> <p>4) торможение вследствие перевозбуждения. (18 часов)</p>                                                                                                                                                                                                                                          |               |
| <b>Раздел специальных дисциплин</b> |                                       |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |
| 6                                   | Теория и методика физической культуры | 46 | <p>Введение в теорию физической культуры. Основные понятия. Средства формирования физической культуры личности.</p> <p>Классификация физических упражнений. Техника физических упражнений. Методы формирования физической культуры личности. Методические принципы физического воспитания. Обучение двигательным действиям. Развитие двигательных способностей. Структура и методы развития силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Виды выносливости и факторы, влияющие на их проявление. Общая характеристика гибкости. Развитие гибкости. Общая характеристика координационных способностей. Развитие координационных способностей. Формы занятий физическими упражнениями. Планирование и педагогический</p> | <p>Выполните задание: Составьте тренировочную программу физических упражнений для студентов (возраст 18-20 лет) длительностью 2 мезоцикла. На какие упражнения Вы сделаете упор? Оформите результат в форме таблицы. В таблице должно быть отражено: название мезоцикла, сколько раз в неделю будут проходить занятия, какая степень нагрузки, вид спорта и непосредственно само задание. (6 часов)</p> | Тест (4 часа) |

|   |                                                       |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |
|---|-------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|   |                                                       |    | контроль. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания студентов. Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Физическая культура людей пожилого и старшего возраста. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Построение тренировки в циклах (36 часов)                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |
| 7 | Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена | 62 | Основы механики движений человека. Основные понятия динамики. Внешние и внутренние силы. Основные принципы работы рычага и мышц. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата человека. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата. Мышечная система. Распределение масс частей тела. Современные способы регистрации движений. Статика физических упражнений. Динамика физических упражнений. Переместительные движения. Вращательные движения. Гигиена физического воспитания и спорта. Гигиенические требования к | Выполните задания:<br>1. На основе лекционного материала и собственного опыта приведите не менее 4 типов движений по каждой категории. Колонки таблицы не связаны друг с другом.<br>2. Составьте программу закаливания на месяц для самого себя, опишите поэтапно с временными рамками. Вид закаливания можете выбрать самостоятельно. (18 часов) | Тест (8 часов) |

|   |                                                                                                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|   |                                                                                                    |    | <p>современной спортивной одежде и обуви.</p> <p>Гигиенические основы спортивной тренировки.</p> <p>Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности.</p> <p>Гигиена закаливания (36 часов)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               |
| 8 | <p>Организация эффективного отбора спортсменов.</p> <p>Подготовка к соревновательному процессу</p> | 28 | <p>Система спортивного отбора в России и некоторых других странах. Структура и генетика развития спортивного таланта.</p> <p>Двигательные способности, одаренность и задатки.</p> <p>Общая характеристика этапов спортивного отбора. Базовый спортивный отбор.</p> <p>Отбор одаренных спортсменов. Отбор талантливых спортсменов. Разработка индивидуализированных программ психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.</p> <p>Развитие и совершенствование психологической структуры соревновательной деятельности (18 часов)</p> | <p>Выполните задания:</p> <p>1. Представьте себя в роли тренера по легкой атлетике. Перед Вами стоит цель отбора наиболее перспективных спортсменов из числа учеников общеобразовательной школы. Опишите весь цикл Ваших действий. Какие методические рекомендации Вы будете использовать? На что сделаете упор?</p> <p>2. В чем заключается отличие отбора спортсменов школьного возраста и студентов? Какие рекомендации Вы можете дать лично? Что, по Вашему мнению, объединяет данные возрастные группы?</p> <p>3. Используя материал лекций, создайте краткое руководство для тренеров, в котором пошагово будет раскрыт процесс отбора спортсменов для выступления на соревнованиях</p> | Тест (4 часа) |

|    |                                                                   |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |
|----|-------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|    |                                                                   |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | мирового уровня. (6 часов)                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                |
| 9  | Комплексная организация тренировочного процесса                   | 46 | Основные принципы спортивной тренировки. Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса. Стиль обучения и типология спортсмена. Исследование типологии личности спортсмена на практике. Структура тренировочного процесса. Направленность и организация тренировочного занятия. Нагрузка в тренировочном занятии. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства. Формы построения тренировочного процесса. Современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса (36 часов) | Выполните задание: Составьте конспект комбинированного занятия (развитие физических качеств + решение задач тренировки) по своему виду спорта (уровень занимающихся - группа начальной подготовки), обязательно укажите задачи, которые будут решаться на занятии. Оформление в свободной форме. (6 часов) | Тест (4 часа)  |
| 10 | Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта | 54 | Физиологическая характеристика циклических движений. Циклические движения. Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и существенные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Общие основы функционирования системы спортивного отбора. Общие основы организации спортивного отбора.                                                                                                                                                                                              | Дайте развернутые ответы на следующие вопросы: В чем заключается особенность циклических движений? Какие общие черты имеет циклическая двигательная деятельность? Какие зоны являются общими для всех физических упражнений циклического характера? Охарактеризуйте                                        | Тест (8 часов) |

|    |                                                                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |
|----|--------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|    |                                                                    |    | Теоретическая подготовка в циклических видах спорта. Физическая подготовка в циклических видах спорта. Техническая и тактическая подготовка. Психологическая и интегральная подготовка. Актуальные проблемы спортивной подготовки. Построение рациона питания спортсмена при организации тренировочного процесса (28 часов)                                                   | каждую зону. (18 часов)                                                                                                                                                                                                                                                      |                |
| 11 | Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта | 54 | Состояние физиологических функций при ациклических видах деятельности. Ациклические движения. Выбор эффективных способов движений в тяжелой атлетике. Биомеханический анализ структур тяжелоатлетических упражнений. Оптимизация движения. Оборудование гимнастического зала. Гимнастическая терминология. Общеразвивающие упражнения. Занятия гимнастикой в школе (28 часов) | Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:<br>1. Из перечисленных видов спорта выберите те, которые относятся к ациклическим видам спорта. Выпишите их.<br>2. Какие два вида упражнений различают в ациклической деятельности? Охарактеризуйте каждое из них. (18 часов) | Тест (8 часов) |
| 12 | Основы и способы оказания первой помощи                            | 28 | Понятие «травмы» при занятиях физическими упражнениями и спортом. Основные причины травмирования. Первая помощь: организационно-правовые аспекты оказания первой помощи и понятие «первая                                                                                                                                                                                     | Выполните задания:<br>1. Поставьте предположительный диагноз.<br>2. Окажите первую помощь.<br>3. Подпишите схемы-рисунки. (6 часов)                                                                                                                                          | Тест (4 часа)  |

|    |                                                    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                        |               |
|----|----------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|    |                                                    |    | <p>помощь». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ранениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ушибах, разрывах, сдавлениях, вывихах и переломах. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при тяжелых ранениях и различных тяжелых травмах.</p> <p>Понятие «иммобилизация».</p> <p>Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ожогах и обморожениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при несчастных случаях и острых отравлениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при кровотечениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при обмороке, укачивании. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при остановке кровообращения (сердца). Инфаркт. Инсульт (18 часов)</p> |                                                                                                                                                        |               |
| 13 | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 24 | <p>Наследственность, окружающая среда и здоровье. Иммуитет и здоровье. Основные инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения. Вредные привычки и их профилактика. Оптимальный режим</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>Выполните задание: Опишите в свободной форме инфекционные заболевания и факторы риска их возникновения (исходя из материалов лекций). (6 часов)</p> | Тест (2 часа) |

|    |                                                                          |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |
|----|--------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|    |                                                                          |    | труда и отдыха.<br>Культура психоэмоционального поведения (16 часов)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |
| 14 | Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу | 46 | Правила игры в баскетбол. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки. Теоретико-методические основы обучения технике игры в баскетбол. Методика обучения технике нападения. Закономерности обучения тактике игры в баскетбол. Обучение индивидуальным тактическим действиям. Закономерности обучения игровой деятельности в баскетболе. Физическая подготовка баскетболиста. Психологические качества баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболистов. Подготовка юных спортсменов в баскетболе. Принципы спортивной тренировки. Этапы многолетней подготовки баскетболистов. Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных | Выполните задания:<br>Практическое задание №1. Представьте себя в роли тренера по баскетболу. На основе материала, представленного в материалах лекции, опишите методику организации комплексной тренировки баскетболиста на период 1 год.<br>Практическое задание №2. На основе материалов, представленных в лекции, составьте таблицу, в которой раскройте методику подготовки баскетболиста к соревнованиям. Какие упражнения наиболее эффективны на данном этапе подготовки? На что следует пристально обратить внимание на тренировках?<br>Практическое задание №3. Используя материал лекций, опишите ключевые моменты подготовки баскетболистов. Результат оформите в любой удобной для Вас форме.<br>(6 часов) | Тест (4 часа) |

|  |                     |     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |
|--|---------------------|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |                     |     | испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля. Комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования методам и организации обследования. Планируемые показатели соревновательной деятельности. Рекомендации по планированию спортивных результатов. План применения восстановительных средств. Управление спортивной тренировкой (36 часов) |  |  |
|  | Итоговая аттестация | 12  | Итоговый междисциплинарный экзамен/ Тест                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |
|  | ИТОГО               | 600 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |

### 2.3. Календарный учебный график

| № п/п | Наименование разделов, дисциплин (модулей)                                                                                       | Общая трудоемкость, в акад. час. | Учебные недели |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------|
| 1     | Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС | 18                               | 1              |
| 2     | Педагогика                                                                                                                       | 48                               | 2-3            |
| 3     | Общая психология                                                                                                                 | 48                               | 4-5            |
| 4     | Возрастная психология                                                                                                            | 24                               | 6              |
| 5     | Основы спортивной психологии                                                                                                     | 62                               | 6-8            |
| 6     | Теория и методика физической культуры                                                                                            | 46                               | 9-10           |



|    |                                                                                      |    |       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| 7  | Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена                                | 62 | 11-12 |
| 8  | Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу | 28 | 13    |
| 9  | Комплексная организация тренировочного процесса                                      | 46 | 13-14 |
| 10 | Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта                    | 54 | 14-15 |
| 11 | Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта                   | 54 | 16-17 |
| 12 | Основы и способы оказания первой помощи                                              | 28 | 17-18 |
| 13 | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                                   | 24 | 18-19 |
| 14 | Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу             | 46 | 19-20 |
|    | Итоговая аттестация                                                                  | 12 | 20    |

### **3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН**

#### **3.1. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)**

**«Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом нормативно-правового обеспечения современного образования и целей и задач в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– нормативно-правовое обеспечение современного образования;

– требования ФГОС основного общего и среднего общего образования;

обучающийся должен уметь:

– ориентироваться в системе образовательных отношений в Российской Федерации.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

**Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС» составляет 18 академических часов.

#### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                                                                                                         | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 1. Нормативно-правовое обеспечение современного образования. Цели и задачи в системе образования в соответствии с требованиями ФГОС | Лекция/ 10 часов                        | Общая характеристика законодательства, регулирующего отношения в сфере образования. Право на образование. Система образования в Российской Федерации. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования. Педагогические работники. Право на занятие педагогической деятельностью. Правовой статус педагогических работников. Возникновение образовательных отношений. Особенности реализации общего образования, профессионального образования, дополнительного образования. ФГОС. Требования образовательного стандарта |
|                                                                                                                                          | Практическое задание 1 /6 часов         | Выполните задание:<br>Составьте перечень академических прав и свобод, а также трудовых прав и социальных гарантий педагогических работников на основании ст. 47 Закона об образовании в РФ (в свободной форме).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                          | Тестирование /2 часа                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### 3.2. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Педагогика»

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теории педагогики как науки.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

- объект, предмет и задачи педагогической науки;
- методы и средства обучения в школе;
- формы организации обучения;
- методологию практической педагогической деятельности;
- общие закономерности и принципы воспитания;

обучающийся должен уметь:

- применять концептуальные положения педагогической теории в практике.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Педагогика» составляет 48 академических часов.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем   | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 2. Педагогика | Лекция/ 20 часов                        | Объект, предмет и задачи педагогической науки. Взаимосвязь педагогической науки и практики. Методы и средства обучения в школе. Формы организации обучения. Проверка и оценка результатов обучения. Методология практической педагогической деятельности. Целеполагание в педагогической деятельности. Общие закономерности и принципы воспитания. Педагогическое проектирование. Педагогические технологии |

|  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Практическое задание 2 /20 часов | Выполните задание:<br>1. Разработайте наиболее приоритетные цели и обоснуйте концептуальные основы собственной авторской школы, если бы вы ее попытались разработать с учетом всего самого прогрессивного из того, что вам известно.<br>2. Какие из педагогических инноваций, стратегий в плане воспитания духовно и физически здоровой личности вы считаете наиболее перспективными и результативными? Обоснуйте почему.<br>3. Назовите 5–7 педагогических идей, практическая реализация которых может существенно повысить качество образования в России. Обоснуйте свою точку зрения. |
|  | Тестирование /8 часов            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.3. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Общая психология»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теоретических аспектов психологии.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

- сущность психологии как науки;
- общие представления о психике и сознании человека;

обучающийся должен уметь:

- анализировать теоретические аспекты психологии.

### 3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

#### Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Общая психология» составляет 48 академических часов.

#### Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

| Наименование тем         | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 3. Общая психология | Лекция/ 20 часов                        | Психология как наука. История развития психологии. Общая характеристика психологической науки. Развитие психики и происхождение сознания. Познавательная сфера личности. Ощущение, восприятие, внимание. Познавательная сфера личности. Память, мышление, воображение, интеллект. Эмоционально-волевая сфера личности. Структура личности в психологии                                                                                                                       |
|                          | Практическое задание 3 /20 часов        | Выполните задания:<br>1. Заполните таблицу «История развития психологии» по образцу.<br>2. Продолжите заполнять таблицу по образцу. Какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях.<br>3. Составьте обобщенную схему характеристики сознания человека.<br>4. Опишите типы темперамента человека. Ознакомьтесь с опросником Г. Айзенка на диагностику типов темперамента – Айзенка личностный опросник (ЕРІ). Пройдите этот тест, опишите получившиеся результаты. |
|                          | Тестирование /8 часов                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

### 4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

## **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.4. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Возрастная психология»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом психологии развития и возрастной психологии.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

- ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
  - ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.
- Обучающийся должен знать:
- предмет и задачи психологии развития и возрастной психологии;
- обучающийся должен уметь:
- анализировать психологические аспекты разных возрастных периодов в жизни человека.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Возрастная психология» составляет 24 академических часа.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем | Вид учебного занятия / | Содержание |
|------------------|------------------------|------------|
|------------------|------------------------|------------|

|                               | количество часов                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 4. Возрастная психология | Лекция/ 16 часов                | Предмет и задачи психологии развития и возрастной психологии. Теории развития человека. Дошкольное детство. Младший школьный возраст. Подростковый и юношеский возраст. Развитие зрелой личности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                               | Практическое задание 4 /6 часов | <p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опишите процесс формирования сенсорных систем в дошкольном детстве.</li> <li>2. Почему учебная деятельность признается ведущей именно в младшем школьном возрасте, а не на всем протяжении школьного обучения?</li> <li>3. Являются ли ориентиры в интеллектуальном и личностном развитии подростка типичными, нормативными достижениями или выступают как «возможности», «идеалы»?</li> <li>4. Выскажите вашу точку зрения по поводу ведущей деятельности в период зрелости. Сравните ее с известными вам позициями психологов.</li> </ol> |
|                               | Тестирование /2 часа            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.5. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы спортивной психологии»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом основ спортивной психологии.

**2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– основы спортивной психологии;

обучающийся должен уметь:

– оценивать психологическую готовность спортсменов.

### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

#### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы спортивной психологии» составляет 62 академических часа.

#### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                     | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 5. Основы спортивной психологии | Лекция/ 36 часов                        | Международное спортивное движение и психология спорта. Психологические особенности личности тренера. Психомоторные способности человека. Психологические основы технической подготовки. Проблема спортивного отбора и спортивной ориентации. Проблема личностных особенностей в спорте, понятие «напряженное состояние». Проблема мотивов и мотивации спортивной деятельности. Проблема психологического контроля и управления спортивной деятельностью. Взаимоотношения в системах «тренер — спортсмен», «спортсмен — спортсмен». Социальная психология спортивных групп. Стартовые состояния и предстартовая подготовка спортсменов |
|                                      | Практическое задание 5 /18 часов        | Выполните задания:<br>1. Какие психомоторные показатели можно использовать для оценки психомоторных способностей? Охарактеризуйте каждый из них.<br>2. Какое волевое качество проявляется у спортсменов в данных примерах? По каким признакам вы это определили?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



|  |                       |                                                                                                                                                                                                                            |
|--|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                       | 3. Охарактеризуйте каждое из четырех состояний соревновательной готовности спортсмена:<br>1) недостаточное возбуждение;<br>2) оптимальное возбуждение;<br>3) перевозбуждение;<br>4) торможение вследствие перевозбуждения. |
|  | Тестирование /8 часов |                                                                                                                                                                                                                            |

**Форма промежуточной аттестации:** дифференцированный зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.6. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом теории и методики физической культуры.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

- ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
  - ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.
- Обучающийся должен знать:
- теорию и методологию обучения физической культуре;
- обучающийся должен уметь:
- ориентироваться в методах обучения физической культуре.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

**Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Теория и методика физической культуры» составляет 46 академических часов.

**Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                              | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 6. Теория и методика физической культуры | Лекция/ 36 часов                        | Введение в теорию физической культуры. Основные понятия. Средства формирования физической культуры личности. Классификация физических упражнений. Техника физических упражнений. Методы формирования физической культуры личности. Методические принципы физического воспитания. Обучение двигательным действиям. Развитие двигательных способностей. Структура и методы развития силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Виды выносливости и факторы влияющие на их проявление. Общая характеристика гибкости. Развитие гибкости. Общая характеристика координационных способностей. Развитие координационных способностей. Формы занятий физическими упражнениями. Планирование и педагогический контроль. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания студентов. Физическая культура людей молодого и зрелого возраста. Физическая культура людей пожилого и старшего возраста. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Построение тренировки в циклах |
|                                               | Практическое задание 6 /6 часов         | Выполните задание:<br>Составьте тренировочную программу физических упражнений для студентов (возраст 18-20 лет) длительностью 2 мезоцикла. На какие упражнения Вы сделаете упор? Оформите результат в форме таблицы. В таблице должно быть отражено: название мезоцикла, сколько раз в неделю будут проходить занятия, какая степень нагрузки, вид спорта и непосредственно само задание.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                               | Тестирование /4 часа                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Форма промежуточной аттестации:** дифференцированный зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.7. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом биомеханики физических упражнений и требований гигиены.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- гигиенические основы физической культуры;

обучающийся должен уметь:

- выполнять основные требования к личной гигиене.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

#### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Биомеханика физических упражнений. Спортивная гигиена» составляет 62 академических часа.

#### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                                 | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 7. Биомеханика физических упражнений.<br>Спортивная гигиена | Лекция/ 36 часов                        | Основы механики движений человека. Основные понятия динамики. Внешние и внутренние силы. Основные принципы работы рычага и мышц. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата человека. Биомеханическая характеристика двигательного аппарата. Мышечная система. Распределение масс частей тела. Современные способы регистрации движений. Статика физических упражнений. Динамика физических упражнений. Переместительные движения. Вращательные движения. Гигиена физического воспитания и спорта. Гигиенические требования к современной спортивной одежде и обуви. Гигиенические основы спортивной тренировки. Гигиенические средства восстановления спортивной работоспособности. Гигиена закаливания |
|                                                                  | Практическое задание 7 /18 часов        | Выполните задания:<br>1. На основе лекционного материала и собственного опыта приведите не менее 4 типов движений по каждой категории. Колонки таблицы не связаны друг с другом.<br>2. Составьте программу закаливания на месяц для самого себя, опишите поэтапно с временными рамками. Вид закаливания можете выбрать самостоятельно.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                  | Тестирование /8 часов                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.8. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по организации эффективного отбора спортсменов и подготовки к соревновательному процессу.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– общую характеристику этапов спортивного отбора;  
– особенности разработки индивидуализированных программ психологической подготовки спортсменов к соревнованиям;

обучающийся должен уметь:

– планировать и разрабатывать программы спортивного отбора.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу» составляет 28 академических часов.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                                                             | Вид учебного занятия<br>/ количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 8. Организация эффективного отбора спортсменов. Подготовка к соревновательному процессу | Лекция/ 18 часов                           | Система спортивного отбора в России и некоторых других странах. Структура и генетика развития спортивного таланта. Двигательные способности, одаренность и задатки. Общая характеристика этапов спортивного отбора. Базовый спортивный отбор. Отбор одаренных спортсменов. Отбор талантливых спортсменов. Разработка индивидуализированных программ психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Развитие и совершенствование психологической структуры соревновательной деятельности |

|  |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Практическое задание<br>8 /6 часов | Выполните задания:<br>1. Представьте себя в роли тренера по легкой атлетике. Перед Вами стоит цель отбора наиболее перспективных спортсменов из числа учеников общеобразовательной школы. Опишите весь цикл Ваших действий. Какие методические рекомендации Вы будете использовать? На что сделаете упор?<br>2. В чем заключается отличие отбора спортсменов школьного возраста и студентов? Какие рекомендации Вы можете дать лично?<br>Что, по Вашему мнению, объединяет данные возрастные группы?<br>3. Используя материал лекций, создайте краткое руководство для тренеров, в котором пошагово будет раскрыт процесс отбора спортсменов для выступления на соревнованиях мирового уровня. |
|  | Тестирование /4 часа               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.9. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Комплексная организация тренировочного процесса»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по комплексной организации тренировочного процесса.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-

спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса;

обучающийся должен уметь:

– организовывать комплексный тренировочный процесс.

### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

#### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Комплексная организация тренировочного процесса» составляет 46 академических часов.

#### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                        | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 9. Комплексная организация тренировочного процесса | Лекция/ 36 часов                        | Основные принципы спортивной тренировки. Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса. Стиль обучения и типология спортсмена. Исследование типологии личности спортсмена на практике. Структура тренировочного процесса. Направленность и организация тренировочного занятия. Нагрузка в тренировочном занятии. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства. Формы построения тренировочного процесса. Современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса |
|                                                         | Практическое задание 9 /6 часов         | Выполните задание:<br>Составьте конспект комбинированного занятия (развитие физических качеств + решение задач тренировки) по своему виду спорта (уровень занимающихся - группа начальной подготовки), обязательно укажите задачи, которые будут решаться на занятии. Оформление в свободной форме.                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                         | Тестирование /4 часа                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

## **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.10. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– общие основы и специфические характеристики видов подготовки и проведения соревнований в базовых (циклических) видах спорта;

обучающийся должен уметь:

– разрабатывать и реализовывать программы отбора, подготовки спортсменов в базовых (циклических) видах спорта.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта» составляет 54 академических часа.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем | Вид учебного занятия / | Содержание |
|------------------|------------------------|------------|
|------------------|------------------------|------------|



|                                                                            | количество часов                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 10. Технологии и методики обучения базовым (циклическим) видам спорта | Лекция/ 28 часов                  | Физиологическая характеристика циклических движений. Циклические движения. Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и сущностные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Общие основы функционирования системы спортивного отбора. Общие основы организации спортивного отбора. Теоретическая подготовка в циклических видах спорта. Физическая подготовка в циклических видах спорта. Техническая и тактическая подготовка. Психологическая и интегральная подготовка. Актуальные проблемы спортивной подготовки. Построение рациона питания спортсмена при организации тренировочного процесса |
|                                                                            | Практическое задание 10 /18 часов | Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:<br>В чем заключается особенность циклических движений?<br>Какие общие черты имеет циклическая двигательная деятельность?<br>Какие зоны являются общими для всех физических упражнений циклического характера? Охарактеризуйте каждую зону.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                            | Тестирование /8 часов             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Форма промежуточной аттестации:** дифференцированный зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.11. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)**

**«Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта.

**2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– технологии и методики обучения в тяжелой атлетике, гимнастике;

обучающийся должен уметь:

– разрабатывать и реализовывать программы отбора, подготовки спортсменов в базовых (ациклических) видах спорта.

**3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

**Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта» составляет 54 академических часа.

**Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                                            | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 11. Технологии и методики обучения базовым (ациклическим) видам спорта | Лекция/ 28 часов                        | Состояние физиологических функций при ациклических видах деятельности. Ациклические движения. Выбор эффективных способов движений в тяжелой атлетике. Биомеханический анализ структур тяжелоатлетических упражнений. Оптимизация движения. Оборудование гимнастического зала. Гимнастическая терминология. Общеразвивающие упражнения. Занятия гимнастикой в школе |
|                                                                             | Практическое задание 11 /18 часов       | Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:<br>1. Из перечисленных видов спорта выберите те, которые относятся к ациклическим видам спорта. Выпишите их.<br>2. Какие два вида упражнений различают в ациклической деятельности?<br>Охарактеризуйте каждое из них.                                                                                               |
|                                                                             | Тестирование 8 часов                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Форма промежуточной аттестации:** дифференцированный зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.12. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы и способы оказания первой помощи»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере оказания первой помощи при различных состояниях и травмах.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

- ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
  - ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.
- Обучающийся должен знать:
- общие принципы оказания первой помощи при различных состояниях и травмах;
- обучающийся должен уметь:
- применять приемы первой доврачебной помощи.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы и способы оказания первой помощи» составляет 28 академических часов.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                 | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 12. Основы и способы оказания первой помощи | Лекция/ 18 часов                        | Понятие «травмы» при занятиях физическими упражнениями и спортом. Основные причины травмирования. Первая помощь: организационно-правовые аспекты оказания первой помощи и понятие «первая помощь». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ранениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ушибах, разрывах, сдавлениях, вывихах и переломах. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при тяжелых ранениях и различных тяжелых травмах. Понятие «иммобилизация». Первая доврачебная непрофессиональная помощь при ожогах и обморожениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при несчастных случаях и острых отравлениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при кровотечениях. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при обмороке, укачивании. Первая доврачебная непрофессиональная помощь при остановке кровообращения (сердца). Инфаркт. Инсульт |
|                                                  | Практическое задание 12 /6 часов        | Выполните задания:<br>1. Поставьте предположительный диагноз.<br>2. Окажите первую помощь.<br>3. Подпишите схемы-рисунки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                  | Тестирование /4 часа                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.13. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по профилактике возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– классификацию, факторы риска возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний;

обучающийся должен уметь:

– анализировать факторы риска возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

##### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» составляет 24 академических часа.

##### **Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)**

| Наименование тем                                            | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 13. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | Лекция/ 16 часов                        | Наследственность, окружающая среда и здоровье. Иммуитет и здоровье. Основные инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения. Вредные привычки и их профилактика. Оптимальный режим труда и отдыха. Культура психоэмоционального поведения |
|                                                             | Практическое задание 13 /6 часов        | Выполните задания:<br>Опишите в свободной форме инфекционные заболевания и факторы риска их возникновения (исходя из материалов лекций).                                                                                                                              |
|                                                             | Тестирование /2 часа                    |                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **3.14. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)**

#### **«Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу»**

**1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля):** развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности по подготовке высококвалифицированных спортсменов по баскетболу.

#### **2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)**

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-3. Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-14. Способность осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Обучающийся должен знать:

– методологию подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу;

обучающийся должен уметь:

– планировать и реализовывать программы подготовки спортсменов по баскетболу.

#### **3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)**

#### **Объем раздела, дисциплины (модуля): и виды учебной деятельности**

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу» составляет 46 академических часов.

### Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

| Наименование тем                                                                  | Вид учебного занятия / количество часов | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 14. Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по баскетболу | Лекция/ 36 часов                        | Правила игры в баскетбол. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки. Теоретико-методические основы обучения технике игры в баскетбол. Методика обучения технике нападения. Закономерности обучения тактике игры в баскетбол. Обучение индивидуальным тактическим действиям. Закономерности обучения игровой деятельности в баскетболе. Физическая подготовка баскетболиста. Психологические качества баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболистов. Подготовка юных спортсменов в баскетболе. Принципы спортивной тренировки. Этапы многолетней подготовки баскетболистов. Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля. Комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования методов и организации обследования. Планируемые показатели соревновательной деятельности. Рекомендации по планированию спортивных результатов. План применения восстановительных средств. Управление спортивной тренировкой |
|                                                                                   | Практическое задание 14 /6 часов        | Выполните задания:<br>Практическое задание №1.<br>Представьте себя в роли тренера по баскетболу. На основе материала, представленного в материалах лекции, опишите методику организации комплексной тренировки баскетболиста на период 1 год.<br>Практическое задание №2.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|  |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                      | <p>На основе материалов, представленных в лекции, составьте таблицу, в которой раскройте методику подготовки баскетболиста к соревнованиям. Какие упражнения наиболее эффективны на данном этапе подготовки? На что следует пристально обратить внимание на тренировках?</p> <p>Практическое задание №3.</p> <p>Используя материал лекций, опишите ключевые моменты подготовки баскетболистов. Результат оформите в любой удобной для Вас форме.</p> |
|  | Тестирование /4 часа |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**Форма промежуточной аттестации:** дифференцированный зачет.

#### **4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)**

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

#### **5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)**

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

### **4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

#### **4.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на промежуточную аттестацию, входит в общую трудоемкость освоения раздела, дисциплины (модуля) программы и проводится в форме, указанной в учебном плане.

#### **4.2. Формы итоговой аттестации**

Итоговая аттестация по программе профессиональной переподготовки предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным



требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права вести профессиональную деятельность и выдаче диплома о профессиональной переподготовке.

Итоговая аттестация проводится в форме междисциплинарного экзамена по программе обучения, включающего вопросы по всем разделам, дисциплинам (модулям).

### 4.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся раздела, дисциплины (модуля) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

| Количество баллов по стобалльной системе | Результат аттестации в форме «зачет» | Отметка по четырехбалльной системе |
|------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| 81-100                                   | «зачтено»                            | «отлично»                          |
| 61-80                                    | «зачтено»                            | «хорошо»                           |
| 51-60                                    | «зачтено»                            | «удовлетворительно»                |
| 50 и менее                               | «не зачтено»                         | «неудовлетворительно»              |

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

| Количество баллов по стобалльной системе | Отметка по четырехбалльной системе |
|------------------------------------------|------------------------------------|
| 91-100                                   | «отлично»                          |
| 81-90                                    | «хорошо»                           |
| 70-80                                    | «удовлетворительно»                |
| менее 70                                 | «неудовлетворительно»              |

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не

показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

## **5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Материально-технические условия реализации программы**

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

### **5.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)**

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

### **5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.

3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

### **Список литературы и информационных источников**

1. Багнетова, Е. А. Общая и специальная гигиена: учебный справочник: словарь / Е. А. Багнетова. – Москва ; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 268 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364798> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4492-8. – DOI 10.23681/364798. – Текст: электронный.
2. Белова, Л. В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 149 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
3. Волейбол, гандбол, баскетбол. Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: учебное пособие: [16+] / В. Ф. Мишенькина, И. А. Рогов, О. С. Шалаев, Д. В. Карбанов; Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 116 с.: ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274903> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
4. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие: [16+] / В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина, В. Ф. Кириченко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 136 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр.: с. 128-130. – Текст: электронный.
5. Герасимов, К. А. Физическая культура: баскетбол: учебное пособие: [16+] / К. А. Герасимов, В. М. Климов, М. А. Гусева; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. – 51 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576215> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-3332-4. – Текст: электронный.
6. Демидкина, И. А. Организация проведения учебно-тренировочных занятий по физической подготовке баскетболистов: учебное пособие: [16+] / И. А. Демидкина; Самарский государственный архитектурно-строительный университет. – Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. – 158 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256101> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9585-0573-9. – Текст: электронный.

7. Донцов, Д. А. Возрастная психология и психология развития личности в макропериоде детства, в отрочестве и юности: учебное пособие: [16+] / Д. А. Донцов, М. В. Донцова. – 2-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2019. – 308 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=603182> (дата обращения: 03.05.2024). – ISBN 978-5-9765-3957-0. – Текст: электронный.
8. Карпеев, А. Г. Биомеханика: учебное пособие: [16+] / А. Г. Карпеев, Н. П. Курнакова, Г. А. Коновалов; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – Часть 1. – 148 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429352> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр.: с. 271-274. – Текст: электронный.
9. Кибенко, Е. И. Баскетбол: учебно-методическое пособие: [16+] / Е. И. Кибенко; под ред. Г. Ф. Гребенщикова; и. и. Таганрогский. – Таганрог: Таганрогский государственный педагогический институт имени А. П. Чехова, 2014. – 116 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614928> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. с. 105-107. – ISBN 978-5-87976-913-5. – Текст: электронный.
10. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие: [16+] / 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: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
11. Козин, В. В. Повышение эффективности атакующих действий квалифицированных баскетболистов: учебное пособие / В. В. Козин, А. А. Гераськин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 139 с.: схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336076> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
12. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие: учебное пособие: [16+] / О. П. Кокоулина. – Москва: Евразийский открытый институт, 2011. – 144 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952> (дата обращения: 03.05.2024). – ISBN 978-5-374-00429-8. – Текст: электронный.
13. Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности: учебное пособие: [16+] / В. А. Ляпин, И. П. Флянку, Н. В. Семенова [и др.]; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 229 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
14. Куртев, С. Г. Первая помощь при спортивных травмах с основами антисептики и десмургии: учебное пособие: [16+] / С. Г. Куртев, С. И. Еремеев; Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту, Сибирская государственная

академия физической культуры, Кафедра спортивной медицины и гигиены. – Омск: Сибирская государственная академия физической культуры, 2003. – 68 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274673> (дата обращения: 03.05.2024). – Текст: электронный.

15. Махов, С. Ю. Штурмовой бой ГРОМ. Методика многофункционального тренинга: учебно-методическое пособие / С. Ю. Махов; Межрегиональная академия безопасности и выживания. – Орел: Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. – 181 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428617> (дата обращения: 03.05.2024). – Текст: электронный.

16. Минникаева, Н. В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции: учебное пособие: [16+] / Н. В. Минникаева, С. В. Шабашева; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1921-3. – Текст: электронный.

17. Мрочко, О. Г. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Баскетбол: методические рекомендации: методическое пособие: [16+] / О. Г. Мрочко; Московская государственная академия водного транспорта. – Москва: Альтаир: МГАВТ, 2018. – 77 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682060> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр.: с. Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

18. Начальная подготовка баскетбольных судей: учебное пособие / В. А. Цимбалюк, Ю. П. Девяткин, Е. Ю. Ковыршина, Н. М. Цимбалюк. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2011. – 68 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228954> (дата обращения: 03.05.2024). – ISBN 978-5-7782-1686-0. – Текст: электронный.

19. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва: Спорт, 2017. – 320 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9500178-0-3. – Текст: электронный.

20. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: практикум: [16+] / сост. С. С. Давыдова, А. И. Петкевич; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2019. – 95 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577084> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр.: с. 92. – Текст: электронный.

21. Психология физической культуры: учебник: [12+] / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. – Москва: Спорт, 2016. – 624 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-11-4. – Текст: электронный.

22. Регистрация и анализ соревновательной деятельности в баскетболе: учебное пособие: [16+] / Ю. П. Девяткин, А. А. Гераськин, В. Ф. Кириченко, В. А. Цимбалюк; Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2007. – 51 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:

- <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298122> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
23. Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт: теория и методика: учебное пособие: [16+] / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 198 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607569> (дата обращения: 03.05.2024). – ISBN 978-5-91930-147-9. – Текст: электронный.
24. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте: учебное пособие: [12+] / Л. К. Серова. – Москва: Человек, 2011. – 161 с.: схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461435> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-904885-16-8. – Текст: электронный.
25. Скоробогатов, А. В. Нормативно-правовое обеспечение образования: учебное пособие / А. В. Скоробогатов, Н. Р. Борисова; Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань: Познание (Институт ЭУП), 2014. – 288 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257983> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
26. Спортивная психология: учебник: [16+] / под ред. Г. Д. Бабушкина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 440 с.: схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897> (дата обращения: 03.05.2024). – Текст: электронный.
27. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека: учебник / Н. И. Федюкович. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 574 с.: ил. – (Среднее медицинское образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601645> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр.: с. 568. – ISBN 978-5-222-35193-2. – Текст: электронный.
28. Фискалов, В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие: [12+] / В. Д. Фискалов, В. П. Черкашин. – Москва: Спорт, 2016. – 352 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-21-3. – Текст: электронный.
29. Черапкина, Л. П. Медико-биологические основы отбора и прогнозирования высших спортивных достижений: на примере водных видов спорта: учебное пособие: [16+] / Л. П. Черапкина; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии и физиологии. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2005. – 92 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274558> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
30. Чернякова, С. Н. Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Баскетбол»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для бакалавров 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки Тюменского государственного университета: [16+] / С. Н. Чернякова; отв. ред. И. В. Манжелей. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. – 34 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574727> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

31. Щанкин, А. А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие: [16+] / А. А. Щанкин. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 98 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685> (дата обращения: 03.05.2024). – ISBN 978-5-4475-4855-1. – DOI 10.23681/362685. – Текст: электронный.
32. Ярошенко, Е. В. Баскетбол: 10 ступеней совершенствования: учебно-методическое пособие: [16+] / Е. В. Ярошенко, В. Ф. Стрельченко, Л. А. Кузнецова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 121 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426542> (дата обращения: 03.05.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4903-9. – DOI 10.23681/426542. – Текст: электронный.

#### **5.4. Кадровое обеспечение программы**

Реализация программы профессиональной переподготовки обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

### Актуализация дополнительной профессиональной программы

| №<br>пп | Содержание изменений                                                                               | Раздел, в который<br>вносятся<br>изменения и<br>дополнения      | Дата внесения<br>изменений |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1       | Актуализация программы в соответствии с локальными нормативными актами образовательной организации | Все разделы программы                                           | 17.08.2022                 |
| 2       | Актуализация основных источников и литературы                                                      | 5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы | 19.05.2023                 |
| 3       | Актуализация основных источников и литературы                                                      | 5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы | 03.05.2024                 |



## Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе профессиональной переподготовки размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

### Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Баскетбол — это игра с \_\_\_\_\_.

Выберите один ответ:

1. нестандартными движениями
2. стандартными движениями
3. оба варианта верны

2. Выберите лишнее. Какие разновидности имеет бег в баскетболе?

Выберите один ответ:

1. Лицом вперед
2. Боковые движения
3. Спиной вперед

3. Что такое дриблинг?

Выберите один ответ:

1. Бросок мяча
2. Ведение мяча
3. Удержание мяча

4. Каков пятый этап обучения тактике игры?

Выберите один ответ:

1. Этап проведения работы по развитию у занимающихся специфических качеств и способностей
2. Этап комплексного совершенствования изученных тактических действий
3. Этап усвоения тактических взаимодействий нескольких игроков

5. Что такое финты?

Выберите один ответ:

1. Броски
2. Движение маневрированием
3. Обманные движения

6. Каким действием обладает каждая мышца?

Выберите один ответ:

1. Двусторонним действием
2. Трехсторонним действием
3. Односторонним действием

7. Какое место определение действующих мышц и условий их работы занимает в анализе статических положений?

Выберите один ответ:

1. Второстепенное значение
2. Центральное место
3. Не имеет значения

8. Сила тяжести тела и отягощений, а также опорные реакции в опорных положениях действуют как нагрузки на что?

Выберите один ответ:

1. Сжатие
2. Растяжение
3. Сдвиг

9. Какова роль соревнования?

Выберите один ответ:

1. Обязательная часть подготовки
2. Необязательная часть подготовки
3. Обязательная часть лишь в случае профессионального занятия спортом

10. Что такое спортивный талант?

Выберите один ответ:

1. Это высокий уровень развития способностей, определяющих успехи в спортивной деятельности
2. Это высокий уровень развития навыков, определяющих успехи в спортивной деятельности
3. Это высокий уровень развития физических показателей, определяющих успехи в спортивной деятельности

### **Примеры заданий для практической работы**

1. Ответить на вопросы:

1. Опишите процесс формирования сенсорных систем в дошкольном детстве.
2. Почему учебная деятельность признается ведущей именно в младшем школьном возрасте, а не на всем протяжении школьного обучения?
3. Являются ли ориентиры в интеллектуальном и личностном развитии подростка типичными, нормативными достижениями или выступают как «возможности», «идеалы»?
4. Выскажите вашу точку зрения по поводу ведущей деятельности в период зрелости. Сравните ее с известными вам позициями психологов.

2. Выполните задание:

Составьте тренировочную программу физических упражнений для студентов (возраст 18-20 лет) длительностью 2 мезоцикла. На какие упражнения Вы сделаете упор? Оформите результат в форме таблицы. В таблице должно быть отражено: название

мезоцикла, сколько раз в неделю будут проходить занятия, какая степень нагрузки, вид спорта и непосредственно само задание.