

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ульяновский государственный педагогический университет  
имени И.Н. Ульянова»  
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебно-методической  
работе  
И.О. Петрицев  
« 30 » августа 2017 г.

## **ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА**

Программа учебной дисциплины вариативной части

для направления подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы  
Физическая культура

(очная форма обучения)

Составитель: Касаткина Н.А.,  
к.п.н., доцент кафедры теории и  
методики физической культуры и  
безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и утверждено на заседании Ученого совета факультета  
физической культуры и спорта, протокол от 28 августа 2017 г. № 11

Ульяновск, 2017

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Наименование дисциплины

Учебная дисциплина по выбору Б1.В.ДВ.4.2 «Повышение профессионального мастерства» включена в вариативную часть учебного плана Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», очной формы обучения.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Целью освоения дисциплины «Повышение профессионального мастерства» является: формирование основных составляющих профессионализма тренера, педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида).

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Повышение профессионального мастерства»:

Этап формирования	теоретический	модельный	практический
	знает	умеет	владеет
Компетенции			
способность проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-10)	ОР-1 особенности содержания, формы и методы планирования и организации тренировочной и соревновательной работы по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности	ОР-3 применять изученные методики и технологии спортивной подготовки в практической деятельности по избранному виду физкультурно-спортивной деятельности	ОР-5 техникой и тактикой избранного вида спорта и навыками тренировочной и соревновательной деятельности
	ОР-2 основные требования, предъявляемые к личности специалиста в области физической культуры и спорта, основы формирования профессионального мастерства специалиста	ОР-4 использовать компоненты, составляющие основу педагогической технологии труда будущего тренера по виду спорта	ОР-6 способами личностного совершенствования и развития профессионально-значимых качеств, знаний и умений -

### 3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина по выбору Б1.В.ДВ.4.2 «Повышение профессионального мастерства» включена в вариативную часть учебного плана Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», очной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках дисциплин спортивного цикла (частных методик различных видов спорта), а также ряда дисциплин психолого-педагогического цикла: Теория и методика физической культуры и спорта, Психология физического воспитания и спорта, Педагогика физической культуры и спорта

Результаты изучения дисциплины «Повышение профессионального мастерства» являются теоретической и методологической основой для изучения дисциплин «Введение в научную деятельность в сфере физической культуры и спорта», «Курсовое проектирование по методике избранного вида спорта», для прохождения «Педагогической практики по физической культуре»

**4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Дисциплина «Повышение профессионального мастерства» читается в 6, 7 и 8 семестрах. Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 ЗЕ.

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
6	3	81	-	-	48	33	экзамен
7	3	81	-	-	48	33	экзамен
8	3	81	-	-	48	33	экзамен
Итого	9	243	-	-	144	99	

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**  
**5.1. Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий, оформленных в виде таблицы:**

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения			
	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа
<b>6 семестр</b>				
<b>Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида)</b>				
Тема 1. ППМ в системе профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта.				<b>4</b>
Тема 2. Спорт в современном обществе, тенденции его				<b>4</b>

развития. Соревнования и соревновательная деятельность.				
Тема 3. Характеристика вида спорта, терминология, классификация технических приемов.			8	4
Тема 4. Оборудование и инвентарь. Правила соревнований. Обследование и описание технико-тактических действий спортсменов.			8	4
Тема 5. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях.			8	8
Тема 6. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения соревнований.			8	4
Тема 7. Обзорно-методические занятия. Физическая, техническая и тактическая подготовка. Связь содержания, средств и методов подготовки.			8	5
Тема 8. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков.			8	
<b>Итого за 6 семестр: 81</b>			<b>48</b>	<b>33</b>
<b>7 семестр</b>				
<b>Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития двигательно-координационных качеств</b>				
Тема 1. Спортивная техника, стратегия и тактика.			4	2
Тема 2. Тренировка и тренировочная деятельность			4	2
Тема 3. Тренировка ведущих двигательно-координационных качеств.			4	2
Тема 4. Рациональное соотношение ОФП и СФП.			2	2
Тема 5. Техника и тактика избранного вида спорта, проявление физических качеств и их развитие.			6	4
Тема 6. Анализ правил соревнований, составление документации. Подбор и составление комплексов упражнений.			6	4
Тема 7. Анализ документов планирования, видеосъемок, протоколов соревнований.			2	4
Тема 8. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях.			4	7
Тема 9. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения учебно-тренировочных занятий. Судейство соревнований.			6	4
Тема 10. Обзорно-методические занятия. Обзор средств и методов физической, технической и тактической подготовки. Планирование и регулирование нагрузки.			4	2
Тема 11. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков .			6	
<b>Итого за 7 семестр: 81</b>			<b>48</b>	<b>33</b>
<b>8 семестр</b>				
<b>Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений</b>				
Тема 1. Особенности многолетней подготовки спортсменов.			4	
Тема 2. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки.			4	
Тема 3. Особенности подготовки спортсменов различной			4	

квалификации.				
Тема 4. Спортивная ориентация и отбор в виде спорта.			4	
Тема 5. Разработка комплекса тестов для отбора в избранный вид спорта.			4	6
Тема 6. Разработка индивидуальных планов подготовки, модельных тренировочных занятий, модельных малых и средних циклов.			2	6
Тема 7. Разработка документации по проведению учебно-тренировочных сборов и соревнований. НИР.			2	6
Тема 8. Разработка документов планирования на основе программы для спортивных школ. Последовательность изучения техники, тактики вида спорта в многолетнем аспекте, в течение года.			4	3
Тема 9. Разработка системы контрольных нормативов на основе заданных модельных характеристик спортсменов по тренировочной и соревновательной деятельности. Тестирование, обследование СД, обработка фактического материала			2	6
Тема 10. Практические занятия. Индивидуальные программы тренировки по всем видам подготовки спортсменов. Участие и судейство соревнований.			6	
Тема 11. Учебная практика. Проведение учебно-тренировочных занятий. Организация и проведение соревнований различного масштаба.			8	6
Тема 12. Обзорно-методические занятия. Построение тренировки с учетом пола индивидуальных и возрастных особенностей спортсменов.			4	
<b>Итого за 8 семестр: 81</b>			<b>48</b>	<b>33</b>
<b>ИТОГО: 243</b>			<b>144</b>	<b>99</b>

## **5.2. Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины**

### **6 семестр**

#### **Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида)**

##### **Тема 1. ППМ в системе профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта.**

Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера. Структура курса ППМ, содержание, организация работы, требования к студентам. Связь курса ППМ с дисциплинами профессиональной подготовки.

##### **Тема 2. Спорт в современном обществе, тенденции его развития. Соревнования и соревновательная деятельность.**

Соревновательная деятельность и система соревнований. Характеристика СД, место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной классификации. Способ определения спортивных результатов. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК). Соревновательные нагрузки.

Структура СД, состав соревновательных действий спортсменов. Факторы, определяющие эффективность СД и достижение высоких спортивных результатов.

Характеристика соревнований, задачи и значение соревнований. Виды соревнований. Построение соревнований. Планирование, организация и проведение соревнований. Правила соревнований, их значение.

### **Тема 3. Характеристика вида спорта, терминология, классификация технических приемов.**

Основные понятия и термины в виде спорта применительно к тренировочной и соревновательной деятельности. Классификация техники вида спорта. Классификация тактики вида спорта. Классификация средств и методов обучения и тренировки.

### **Тема 4. Оборудование и инвентарь. Правила соревнований. Обследование и описание технико-тактических действий спортсменов.**

Оборудование и инвентарь для проведения соревнований и тренировочных занятий на открытом воздухе и в закрытом помещении. Оборудование и инвентарь для обучения технике и тактике вида спорта, для физической подготовки.

Разбор правил соревнований, изучение методики судейства соревнований. Практическое судейство.

Изучение, разбор и составление документации по организации и проведению соревнований.

Просмотр и анализ киноматериалов, видеозаписей соревнований. Определение состава соревновательных действий спортсменов. Разбор соревновательных упражнений и методика обучения им.

Овладение методами обследования СД спортсменов. Обработка полученных данных и анализ. Работа с литературными источниками.

Описание технико-тактических действий спортсменов. Описание упражнений общей и специальной физической подготовки, технической подготовки. Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения определенному спортивному навыку.

Анализ классификации техники и тактики, упражнений, применяющихся в обучении спортсменов технике и для развития физических качеств.

### **Тема 5. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях.**

Содержание практических занятий определяется применительно к уровню спортивной квалификации студентов. Основные разделы содержания практических занятий следующие:

Физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости. Упражнения для развития специальных физических качеств, которые определяются спецификой вида спорта.

Техническая подготовка. Обучение технике избранного вида спорта, совершенствование техники.

Тактическая подготовка. Обучение тактике избранного вида спорта, совершенствование тактики.

Интегральная подготовка – решение в единстве задач физической и технической подготовки, технической и тактической (метод совмещенных воздействий и др.).

Соревнования по физической, технико-тактической подготовке, по избранному виду спорта (контрольные, прикидки, официальные соревнования различного масштаба). Практика судейства.

### **Тема 6. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения соревнований.**

Умения и навыки обучения физическим упражнениям из раздела ОФП и СФП, обучение тактике:

- команды и распоряжения;
- показ упражнений;
- объяснение упражнений;

- постановка заданий для проведения студентами тренировочного занятия.

Умения и навыки проведения соревнований: составление программы соревнований по физической, технической подготовке, по избранному виду спорта.

#### **Тема 7. Обзорно-методические занятия. Физическая, техническая и тактическая подготовка. Связь содержания, средств и методов подготовки.**

В содержание занятий включаются вопросы, выявленные на основе анализа всего курса ПФМ, а также обобщения, в которых интегрируются полученные студентами знания, умения, навыки в аспекте целостной профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

**Физическая подготовка.** Обзор упражнений по ОФП и СФП. Приемы обучения этим упражнениям. Связь применяемых упражнений с техникой и тактикой избранного вида спорта, со структурой СД. Методы развития физических качеств с учетом специфики вида спорта. Дозировка упражнений, ее влияние на величину нагрузки в одном тренировочном занятии, малом цикле.

**Техническая подготовка.** Обзор состава соревновательных действий, изученных на занятиях. Их место в структуре СД. Последовательность изучения техники. Количество времени, необходимое на обучение. Обзор средств и методов обучения технике и тактике вида спорта. Роль подводящих упражнений. Методы регулирования нагрузки в процессе технической подготовки. Методы анализа техники избранного вида спорта. Ошибки и методы их устранения.

**Тактическая подготовка.** Обзор состава технических действий, изученных на занятиях. Их место в структуре СД. Последовательность изучения тактики. Связь с техникой. Количество времени, необходимое для изучения тактики. Обзор средств и методов обучения тактике. Методы анализа тактики. Ошибки и методы их устранения.

Роль технических средств в решении задач физической, технической и тактической подготовки.

Связь содержания занятий, средств и методов физической, технической и тактической подготовки со структурой СД и фактами, обуславливающими ее эффективность. Связь тренировки и соревнований. Обзор правил соревнований, их роль в повышении уровня спортивного мастерства спортсменов в виде спорта.

#### **Тема 8. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков.**

Содержание занятий определяется на основе материала предыдущих разделов и выбирается студентом по двум направлениям:

- устранение ошибок, доработка слабо освоенных знаний;
- совершенствование знаний и умений по отдельным разделам.

### **7 семестр**

#### **Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития двигательно-координационных качеств**

##### **Тема 1. Спортивная техника, стратегия и тактика**

Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии оценки техники.

Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности. Единство тактики с техникой. Организация коллективных и индивидуальных действий. Критерии оценки тактики.

##### **Тема 2. Тренировка и тренировочная деятельность**

Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Факторы, определяющие эффективность тренировки. Принципы тренировки. Основные стороны тренировки. Тренировочные нагрузки. Тренировка и

тренировочная деятельность. Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая, теоретическая и интегральная подготовка. Задачи, средства, методы применительно к избранному виду спорта.

### **Тема 3. Тренировка ведущих двигательных-координационных качеств**

Методика развития двигательных качеств, интегральный подход в методике совершенствования двигательных навыков и развития физических качеств. Специфические особенности физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и др. Реализация физических качеств в двигательных действиях, спортивных навыках.

### **Тема 4. Рациональное соотношение ОФП и СФП**

Физическая подготовка: задачи, средства, методы. Взаимосвязь и эффективное соотношение средств и методов ОФП и СФП. Критерии физической подготовленности спортсменов. Теоретическая подготовка. Средства и методы повышения интеллектуального уровня спортсменов на всех этапах многолетней подготовки. Психологическая подготовка в системе тренировки: задачи, средства, методы. Психические качества в структуре СД. Развитие морально-волевых качеств и совершенствование специфических психических процессов. Связь психологической подготовки с другими сторонами спортивной подготовки.

### **Тема 5. Техника и тактика избранного вида спорта, проявление физических качеств и их развитие**

Технико-тактическая подготовка. Обзор средств и методов технической и тактической подготовки и выбор их в зависимости от поставленных задач в тренировочных занятиях. Регулирование нагрузки.

### **Тема 6. Анализ правил соревнований, составление документации. Подбор и составление комплексов упражнений.**

Анализ правил соревнований для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации. Разбор и составление документации по проведению соревнований районного и городского масштаба по виду спорта.

Подбор и составление комплексов упражнений по развитию физических качеств, обучению технике и тактике. Обоснование содержания комплексов упражнений. Классификация упражнений.

### **Тема 7. Анализ документов планирования, видеосъемок, протоколов соревнований**

Разбор и составление документов планирования учебно-тренировочной работы в школьных спортивных секциях, летнем лагере, по месту жительства (годовой график, поурочный план, конспект тренировочного занятия).

Анализ материалов киносъемки, видеозаписи, наблюдений на соревнованиях, обобщение полученных данных и заключения по технике, тактике, методике обучения.

### **Тема 8. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях**

Содержание практических занятий определяется в соответствии с уровнем спортивной квалификации студентов. Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств, необходимых в избранном виде спорта – большего объема и интенсивности. Применение круговой тренировки. Технико-тактическая подготовка. Обучение новым приемам техники, совершенствование ранее изученных, упражнения повышенной интенсивности. Сочетание упражнений по технике с упражнениями СФП.

Соревнования по физической и технико-тактической подготовке. Судейство соревнований.



### **Тема 9. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения учебно-тренировочных занятий. Судейство соревнований**

Умения и навыки обучения упражнениям (общеразвивающим, подготовительным, техническим, тактическим): команды и распоряжения; показ и объяснение, применение наглядных пособий; анализ выполненных упражнений, фиксирование ошибок и выявление их причин; подготовка заданий для самостоятельных действий занимающихся.

Умения и навыки проведения занятий: проведение перестроений для выполнения каких либо заданий; обучение общеразвивающим, подготовительным и подводящим упражнениям в связи с задачами тренировочного занятия с постановкой конкретных задач. Проведение соревнований: составление положения о соревнованиях, оформление протоколов, подготовка отчетной документации. Непосредственное участие в судействе соревнований.

### **Тема 10. Обзорно-методические занятия. Обзор средств и методов физической, технической и тактической подготовки. Планирование и регулирование нагрузки**

Физическая подготовка. Обзор средств и методов развития физических качеств, применительно к специфике избранного вида спорта. Организация занимающихся на занятиях. Регулирование нагрузки.

Технико-тактическая подготовка. Обзор средств и методов технической и тактической подготовки и выбор их в зависимости от поставленных задач в тренировочных занятиях. Регулирование нагрузки.

Планирование учебно-тренировочной работы и реализация плана в процессе работы – обосновать «технологический процесс» деятельности тренера на определенном этапе работы.

Построение процесса обучения при появлении грубых ошибок в освоении технико-тактического арсенала: оптимальный уровень развития физических качеств, применение технических средств, тренажеров, аппаратуры.

### **Тема 11. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков**

Содержание занятий составляют вопросы, слабо усвоенные студентом или в которых он склонен углубить свои знания, умения и навыки. Важное значение здесь имеют учебно-познавательные задачи, работа с литературой, подбор и реализация комплексов упражнений по развитию физических качеств, совершенствования технико-тактических действий.

## **8 семестр**

### **Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений.**

#### **Тема 1. Особенности многолетней подготовки спортсменов**

Этапы многолетней подготовки спортсменов – от начала занятий в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Составные части системы подготовки спортсменов (подсистемы), их взаимосвязь. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденций развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе построения многолетней подготовки спортсменов.

#### **Тема 2. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки**

Уровни отбора, особенности методики и организации отбора на основных этапах многолетней подготовки спортсменов.

Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности.

Начальный отбор для занятий спортом. Углубленный отбор на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, средства, методы. Отбор в сборные команды и для выступления в ответственных соревнованиях.

### **Тема 3. Особенности подготовки спортсменов различной квалификации**

Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации.

Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров.

Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Занятия в общеобразовательных и профессиональных школах, вузах, производственных коллективах, по месту жительства. Содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.

### **Тема 4. Спортивная ориентация и отбор в виде спорта**

Отбор в системе многолетней подготовки спортсменов (юные спортсмены и спортсмены высокой квалификации). Виды отбора: начальный, углубленный, в сборные команды и для участия в ответственных соревнованиях, связь видов отбора. Задачи, методы и организация отбора на отдельных этапах.

### **Тема 5. Разработка комплекса тестов для отбора в избранный вид спорта**

Разработка системы контрольных нормативов, тестирование, обработка и оформление полученных материалов. Овладение методами исследования, применяемыми в физическом воспитании и спорте. Определение конкретного объема исследования для курсовой работы, подбор фактического материала и его обработка, составление плана работы.

### **Тема 6. Разработка индивидуальных планов подготовки, модельных тренировочных занятий, модельных малых и средних циклов**

Разработка индивидуальных планов тренировки, обработка и анализ индивидуальных (студенческих) планов за предыдущие годы обучения. Варианты расчетов основных параметров тренировки для спортсменов различной квалификации. Разработка модельных тренировочных занятий различной направленности и по уровню воздействия на организм занимающихся. Разработка модельных малых циклов различного типа, компоновка тренировочных занятий. Разработка средних циклов различных по своему характеру, компоновка для них малых циклов.

### **Тема 7. Разработка документации по проведению учебно-тренировочных сборов и соревнований, НИР**

Разработка документации для проведения учебно-тренировочных сборов. Разбор, анализ, составление документации по проведению соревнований по технической и физической подготовке. Применение навыков НИР в подготовке и написании курсовой работы по специализации.

### **Тема 8. Разработка документов планирования на основе программы для спортивных школ. Последовательность изучения техники, тактики вида спорта в многолетнем аспекте, в течение года**

Разработка документов планирования на основе программ ДЮСШ, годовых планов по циклам технологии УВП. Планирование программного материала в многолетнем аспекте, в годовом цикле. Структурные компоненты тренировочного процесса. Комплексный контроль в структуре подготовки спортсменов. Содержание и методы комплексного контроля.

### **Тема 9. Разработка системы контрольных нормативов на основе заданных модельных характеристик спортсменов по тренировочной и соревновательной деятельности**

Модельные характеристики и целевые нормативы по технико-тактической, физической, интегральной подготовке для спортсменов различной квалификации.

### **Тема 10. Практические занятия. Индивидуальные программы тренировки по всем видам подготовки спортсменов. Участие и судейство соревнований**

Специфика постановки задач, выбора средств и методов тренировки в зависимости от подготовленности спортсменов Построение циклов подготовки: годовых, средних, малых циклов отдельных тренировочных занятий – в их взаимосвязи и направленности на решение определенных задач. Тренировочные программы, тренировочные и соревновательные нагрузки. Названные вопросы следует излагать, раскрывая технологию деятельности тренера, преподавателя при решении этих вопросов.

### **Тема 11. Учебная практика. Проведение учебно-тренировочных занятий.**

#### **Организация и проведение соревнований различного масштаба**

Моделируются (преподавателем) тренировочные занятия, различные по направленности и содержанию – в соответствии с содержанием других форм занятий (лекции, семинары): средние тренировочные циклы, входящие в их структуру типы малых тренировочных циклов и наконец, входящие в малые циклы тренировочные занятия.

### **Тема 12. Обзорно-методические занятия. Построение тренировки с учетом пола индивидуальных и возрастных особенностей спортсменов**

Содержание занятий составляют вопросы, предложенные студентом, а также учебно-познавательные задачи, анализ документов, материалов киносъемок, видеозаписей, протоколов соревнований.

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

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Самостоятельная работа способствует:

1. Углублению и расширению знаний.
2. Формированию специальных практических умений и навыков в области избранного вида спорта.
3. Формированию интереса к познавательной деятельности.
4. Развитию познавательных способностей.
5. Развитию необходимых двигательных-координационных качеств, формированию двигательных и педагогических умений и навыков.

Самостоятельная работа бакалавров имеет основную цель – обеспечить качество подготовки выпускаемых специалистов в соответствии с требованиями основной программы высшего образования.

В процессе обучения предусмотрены следующие виды самостоятельной работы обучающегося:

- 1) работа с конспектами аудиторных лабораторных занятий, с учебниками и пособиями на основании вопросов, подготовленных преподавателем;
- 2) написание рефератов по отдельным разделам дисциплины;
- 3) подготовка учебных докладов и творческих работ;
- 4) проработка дополнительных тем, не вошедших в материал аудиторных лабораторных занятий, но обязательных согласно учебной программе дисциплины;
- 5) самостоятельное решение сформулированных задач по основным разделам курса;
- 6) работа над проектами;
- 7) подготовка к лабораторным занятиям;
- 8) изучение обязательной и дополнительной литературы;
- 9) подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний;
- 10) выполнение контрольных работ;
- 11) подготовка группового отчета или презентации;
- 12) практическое освоение основных средств избранного вида спорта.

### **Перечень примерных практических заданий для самостоятельной работы (6 семестр)**

1. Работа с литературными источниками: изучение оборудования и инвентаря; техники и тактики вида спорта, применяемых упражнений; изучение правил и методики судейства. Систематизация и обобщение собранных данных, составление картотеки.
2. Разбор, изучение документов: протоколов соревнований, протоколов наблюдений на соревнованиях; индивидуальных и коллективных планов тренировки; дневников спортсменов; составление и ведение собственного дневника спортсменов.
3. Просмотр наглядных учебных пособий, кинофильмов, видеофильмов, телепередач. Просмотр и записи на соревнованиях.
4. Фиксирование данных, оформление записей, схем, таблиц по пройденным разделам программы.
5. Участие в изготовке тренажерных устройств и тренировочных приспособлений, в строительстве спортивных сооружений в институте, школе, спортшколе, внешкольных учреждениях. Выполнение заданий по физической, технико-тактической подготовке, исправление ошибок, повышение уровня практической физкультурно-спортивной подготовленности.
6. Организация и проведение педагогического эксперимента по теме курсовой работы.
7. Участие в проведении соревнований в вузе, школе, спортивной школе, судейство соревнований по физической и технической подготовке, по виду спорта.

### **Перечень примерных практических заданий для самостоятельной работы (7 семестр)**

1. Подготовка по всем видам занятий по курсу ППМ.
2. По «технологической линии» деятельности преподавателя, тренера в процессе многолетней подготовки спортсменов, в комплексе создающих целостное представление о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.
3. Тестирование, проведение исследований по теме курсовой работы.
4. Совершенствование физической и технико-тактической подготовленности, направленной на повышение уровня личной спортивной подготовленности.

### **Перечень примерных практических заданий для самостоятельной работы (8 семестр)**

1. Оформление различных заданий, в соответствии с установленными требованиями.
  2. Разработка документов планирования и контроля работы со спортсменами в различных организационных формах.
  3. Ведение и анализ дневника спортсмена, фиксирование «информации спортсмена», обобщение и уточнение тренировочных программ.
  4. Просмотр наглядных учебных пособий, кинофильмов, видеофильмов, телепередач. Просмотр и записи на соревнованиях. Фиксирование данных, оформление записей, схем, таблиц по пройденным разделам программы.
  5. Конструирование и изготовление тренажерных устройств и тренировочных приспособлений для тренировочных занятий.
  6. Выполнение заданий по теме выпускной квалификационной работы.
  7. Разработка проектов, сценарий массовых физкультурно-спортивных мероприятий. Участие в организации и судействе соревнований различного уровня.
- Контроль результатов самостоятельной работы осуществляется преподавателем в течение всего семестра.

*Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости  
обучающихся по дисциплине*

**Оценочное средство 1. Контрольная работа.**

**Пример контрольной работы (тест из 28 вопросов).**

**Критерии оценивания: за каждый правильный ответ – 1 балл.**

**1.** Сколько этапов в физкультурно-профессиональном образовании?

- 1) 3
- 2) 6
- 3) 4
- 4) 2

**2.** Теоретико-практические основы профессионализма разрабатывает наука:

1. педагогика
2. психология
3. акмеология
4. физиология

**3.** Своеобразным полигоном для интеграции дисциплин в подготовке специалистов в области физической культуры и спорта могут служить теоретико-методические основы:

1. физической культуры
2. обучения двигательным действиям и развития физических качеств
3. адаптивной физической культуры
4. теории и методики физической культуры и спорта

**4.** Спорт (в широком понимании) – это:

1) вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

2) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

3) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;

4) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

**5.** Укажите конечную цель спорта:

1) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;

2) совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся;

3) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;

4) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

**6.** Вид спорта – это:

1) конкретное предметное соревновательное упражнение;

2) специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга при условии судейского контроля;

3) специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности;

4) исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая.

**7.** Деятельность, специфической формой которой является система состязаний, исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры общества как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей, называется ...?

1) научно-методической деятельностью

2) проектно-конструктивной деятельностью

- 3) соревновательной деятельностью
- 4) тренировочной деятельностью
- 5) технологической и модельной деятельностью
- 6) ни один из ответов не дает правильного представления

**8.** Следует различать «спортивный результат» и «спортивное достижение». В чем состоит различие в этих понятиях?

1) спортивный результат показывается в соревнованиях, спортивное достижение присваивается

2) спортивный результат следует рассматривать как первостепенную цель спортивной деятельности, спортивное достижение является вторичной целью спортивной деятельности

3) спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивных возможностей спортсмена, спортивное достижение не зависит от индивидуальной одаренности спортсмена

4) в спортивном достижении всегда можно выделить наличный спортивный результат, однако не всякому спортивному результату может соответствовать спортивное достижение, а лишь превосходящему предыдущий результат

5) спортивный результат зависит от материально-технических условий соревновательной деятельности, климатических факторов и естественно-средовых факторов, а спортивное достижение не зависит от перечисленных факторов

**9.** Укажите основную специфическую функцию спорта?

1) соревновательная функция, когда соревнование направлено на определение иерархии мест соперников, в частности, определение победителя

2) эталонная функция спорта связана с оценкой резервных возможностей человеческого организма, реализованных в рекордах, спортивных достижениях, спортивных результатах

3) эвристическая функция спорта проявляется в творческой, поисковой деятельности, приводящей к фиксации новых знаний о спортивных рекордах, спортивных достижениях

4) спорт как средство разностороннего развития, воспитания, подготовки к жизненной практике

5) оздоровительно-рекреативная функция проявляется в том, что спорт является одной из популярнейших форм организации здорового досуга, активного отдыха и развлечения

6) эстетическая функция утверждает спорт как зрелище, когда возрастает воздействия на эмоциональный мир человека.

**10.** Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:

- 1) физическим совершенством;
- 2) спортивной тренировкой;
- 3) физической подготовкой;
- 4) нагрузкой.

**11.** Основное специфическое средство в физическом воспитании являются:

- А) Физические упражнения;
- Б) Оздоровительные силы природы;
- В) Гигиенические факторы;
- Г) Тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанги, резиновые амортизаторы, эспандеры;
- Д) Наглядные материалы.

**12.** Понятие техника физических упражнений:

- А) Способы двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;

- Б) Способы выполнения двигательного действия, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;
- В) Определенную упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения.
- 13.** Двигательные действия, направленные на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям:
- А) Двигательные умения;
- Б) Подвижные игры;
- В) Физические упражнения;
- Г) Спортивные игры;
- Д) Физическое совершенствование.
- 14.** Система движений, объединенная смысловыми задачами:
- А) Двигательные действия;
- Б) Спортивная техника;
- В) Подвижная игра;
- Г) Спортивная игра.
- 15.** Понятие физическое качество – :
- А) Индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
- Б) Социально-обусловленные и врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, выражающие физическую активность человека, целесообразно осуществлять двигательную деятельность;
- В) Комплекс различных проявлений человека в определенно двигательной деятельности;
- Г) Комплекс способностей занимающихся физической культурой спортом, выраженных в конкретных результатах;
- Д) Комплекс профессиональных способностей.
- Ключ: В.
- 16.** Процесс овладения специальными физкультурными знаниями, обучения движениям, воспитания физических качеств с целью формирования осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и спортом:
- А) Физическая культура;
- Б) Физическое воспитание;
- В) Физическое образование;
- Г) Физической подготовкой;
- Д) Физическим развитием.
- 17.** Результат обучения в структуре обучения двигательным действиям:
- 1) модель подготовки специалиста
- 2) систему обучения в физическом воспитании и спорте
- 3) формирование системы знаний, двигательных навыков, общей и специальной физической подготовки, профессиональных умений
- 4) квалифицированного спортсмена
- 18.** Состояние организма человека, возникающее в процессе интенсивной или длительной работы и приводящее к заметному снижению ее эффективности – это...
- 19.** Структура обучения двигательным действиям и развития физических качеств имеет несколько этапов:
- 1) 2
- 2) 8
- 3) 5
- 4) 4

**20.** Комплекс мероприятий по выявлению спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей к конкретному виду спорта и свойствами организма, в спорте представляет собой...

**21.** Результаты участников и занятые ими места составляют:

- 1) продукт соревнований
- 2) классификацию соревнований
- 3) уровень соревнований
- 4) распределение наград

**22.** Содержание соревновательной деятельности составляют:

- 1) подведение итогов
- 2) соревновательные действия (индивидуальные или коллективные), специфичные, отвечающие правилам в каждом виде спорта
- 3) качественное судейство
- 4) технико-тактические данные

**23.** Специальная соревновательная подготовка даёт спортсмену возможность выдерживать:

- судейские ошибки
- соревновательные нагрузки
- напор противника
- погодные условия

**24.** В условиях острой конкуренции в сфере спорта высших достижений большое значение приобретают научные исследования по определению путей совершенствования системы ...

**25.** .... определяется характером соревнований, содержанием подготовки спортсменов, иерархией функций спорта, деятельностью по его организации, управлению, развитию.

- 1) квалифицированное судейство
- 2) тип спорта
- 3) острота конкуренции
- 4) спортивное сооружение

**26.** Виды спорта определяются .... соревновательной деятельности.

- 1) международным уровнем
- 2) по признаку предметной основы
- 3) по комплексу технических действий
- 4) по различным тактическим признакам

**27.** Наиболее рациональный и эффективный способ выполнения упражнения, способствующий достижению высокого спортивного результата – это ....

- 1) техника спортивных упражнений
- 2) соревновательные действия
- 3) качественное упражнения
- 4) технико-тактические данные

**28.** В процессе подготовки к соревнованиям учитываются требования, которые определяются .... соревновательной деятельности и факторам, обуславливающими её эффективность.

- 1) структурой
- 2) качеством
- 3) условиями
- 4) продуктом

**Оценочное средство 2. План-конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта.**

Составить план-конспект тренировочного занятия (по теме заданной преподавателем) по предложенной схеме, сформулировав образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи. Схема план-конспекта урока:



Наименование части. Время.	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть			
Основная часть			
Заключительная часть			

**Оценочное средство 3. Индивидуальное творческое задание по дисциплине «Теория и методика гимнастики»**

Оформить план-схему обучения технико-тактическому элементу избранного вида спорта (по заданию преподавателя) и на ее основе подготовить мультимедийную презентацию. План-схема выполняется в виде таблицы по следующим разделам:

Ознакомление	Разучивание	Совершенствование
<p>1. Методические приемы создания предварительного образа об изучаемом упражнении.</p> <p>2. Типичные ошибки.</p>	<p>1. Логически выстроенная последовательность подводящих упражнений (в виде двигательных заданий).</p> <p>2. Страховка и помощь.</p>	<p>Двигательные задания в усложненных и измененных условиях.</p>

Содержание мультимедийной презентации:

1. Название элемента.
2. Техника выполнения.
3. Последовательность разучивания.
4. Типичные ошибки.
5. Страховка и помощь.
6. Задания для совершенствования элемента.

**Оценочное средство 4. Дискуссия/«круглый стол» по дисциплине «Повышение профессионального мастерства»**

Проблемные ситуации :

*Проблемная ситуация № 1* (методика развития силовых качеств). Одной из важнейших методических проблем при развитии силовых качеств является проблема выбора величины внешнего сопротивления (отягощения). Задачей тренировок являлось воспитание у занимающихся абсолютной силы. Для решения данной задачи тренер применял следующую методику: 1) основное средство – упражнения строго регламентированного характера; 2) неопредельный вес отягощения, средний темп выполнения упражнений, максимальное количество повторений упражнения в одном подходе. Спустя некоторое время после проведения повторного тестирования он обнаружил, что прирост абсолютной силы незначителен, а показатели силовой выносливости ощутимо возросли.

*Задание 1.* Через обсуждение определите методическую ошибку тренера.

*Задание 2.* Устраните ошибки, обнаруженные вами в данной методике. Дайте обоснование правильности своего ответа.

2. *Проблемная ситуация № 2* (методика развития силовых качеств). Одним из основных методических направлений в методике развития силовых качеств является преодоление непределных отягощений (сопротивлений) с предельным числом повторений. В процессе организации учебно-тренировочных занятий со своими учениками для решения задач воспитания собственно-силовых способностей (абсолютной силы) тренерами «А» и «Б» были применены разные методики. Тренер «А» использовал в основе своей методики применение непределных отягощений с предельным числом повторений. Тренер «Б» использовал в занятиях предельный и околопредельный вес отягощений, а количество повторений в одном подходе составляло 1–3 раза. Спустя некоторое время было проведено тестирование занимающихся по данным методикам у своих тренеров. Показатели прироста собственно-силовых способностей занимающихся у тренера «Б» превысили показатели занимающихся у тренера «А».

*Задание.* Определите и обоснуйте: 1) чем обусловлена разница достигнутых показателей у занимающихся; 2) в чем причина и как можно объяснить, что использование методики работы с околопредельными и предельными отягощениями дает лучший эффект формирования техники двигательных действий, нежели использование непределных отягощений с предельным числом повторений?

3. *Проблемная ситуация № 3* (методика развития быстроты). Тренером при решении задачи развития быстроты реакции у легкоатлетов на стартовый выстрел были обнаружены стабилизация и остановка показателей быстроты реакции. Возникло противоречие между необходимостью нарушения стабилизации, улучшением быстроты реакции и незнанием тренера, как это сделать.

*Задание:* 1) найдите пути улучшения показателей быстроты реакции на стартовый выстрел; 2) определите, каким еще способом, отличным от выполнения стартового ускорения, можно еще воспользоваться тренеру для улучшения показателей быстроты простой двигательной реакции. Дайте обоснование правильности вашего ответа.

4. *Проблемная ситуация № 4* (методика развития быстроты). В методике развития быстроты, разрабатываемой различными тренерами, встречаются различные противоречия. Одно из них следующее: с одной стороны, чтобы повысить скорость выполнения какого-либо движения, его нужно многократно повторять; с другой — многократные повторения приводят к образованию двигательного динамического стереотипа и вследствие этого к стабилизации параметров движений. Причем стабилизируются не только пространственные характеристики, но и временные – скорость и частота. Образуется так называемый скоростной барьер. Стабилизация скорости – главная причина, мешающая значительному повышению скоростных возможностей.

*Задание.* Определите проблему и укажите возможные пути ее решения.

5. *Проблемная ситуация № 5* (методика развития быстроты). Тренер, зная, что повышение скорости движений зависит от повышения уровня максимальной мышечной силы (собственно-силовых способностей), применил методику акцентированного развития собственно-силовых способностей. Через некоторое время он заметил, что прирост скоростных качеств у занимающихся не наблюдается. Мало того, наблюдалось даже некоторое снижение у них скоростных показателей.

*Задание.* Определите, в чем причина данного явления, как провести корректировку методики тренировочных занятий тренера, направленную на улучшение скоростных показателей его учеников.

6. *Проблемная ситуация № 6* (методика развития быстроты). Тренер, решая задачи технической подготовки в процессе развития быстроты, применил методику, в которой предъявлялись задания с выполнением изучаемых движений с максимальной скоростью. Через некоторое время им были замечены значительные ошибки в технике двигательных действий, а также наблюдалось явление скоростного барьера.

*Задание.* Определите проблему и укажите пути ее решения.

7. *Проблемная ситуация № 7.* Изучите текст: «В числе методов развития быстроты широко применяются методы повторного, повторно-прогрессирующего, переменного (с варьирующими ускорениями) упражнения. Основная тенденция – стремление превысить в занятии свою максимальную скорость. Этому подчиняются все характеристики методов (длина дистанции, интенсивность выполнения, интервалы отдыха, число повторений и пр.). Длина дистанции (или продолжительность выполнения) выбирается такой, чтобы скорость передвижения (интенсивность работы) не снижалась к концу попытки. Движения выполняются с максимальной скоростью, за-

нимающийся в каждой попытке стремится показать, как правило, наилучший для себя результат. Интервалы отдыха между попытками делают настолько большими, чтобы обеспечить относительно полное восстановление. Скорость движения не должна заметно снижаться от повторения к повторению. Известно, что возбудимость ЦНС непосредственно после выполнения скоростного упражнения оказывается повышенной, а затем постепенно снижается. Если ориентироваться лишь на этот показатель, то было бы целесообразно использовать относительно небольшие интервалы отдыха, чтобы возбудимость центральных нервных образований не успевала существенно снизиться. Тогда каждое последующее повторение приходилось бы на фазу повышенной возбудимости ЦНС, что способствует достижению наивысшей скорости. Однако выполнение скоростных упражнений связано с образованием более или менее значительного кислородного долга: на его ликвидацию нужно время, исчисляемое иногда не одним десятком минут. Еще дольше может затягиваться восстановление других физиологических показателей (содержание CO<sub>2</sub> в крови, легочная вентиляция и пр.). Поэтому попытки выполнять упражнения с небольшими интервалами отдыха между повторениями очень быстро ведут к снижению скорости.

*Задание.* Попробуйте объяснить следующий факт, что многими тренерами в процессе развития быстроты движений используется методика, в которой интервалы отдыха в зависимости от предстоящей работы незначительны – от 2–3 до 4–12 мин.

8. *Проблемная ситуация № 8.* В процессе беседы двух тренеров возник спор. Тренер «А» утверждал, что метод круговой тренировки можно применять лишь в случаях воспитания физических качеств. Точка зрения тренера «Б» заключалась в том, что круговую тренировку можно применять и в случаях совершенствования двигательных действий при параллельном развитии физических качеств.

*Задание.* Определите, кто из них прав.

**Оценочное средство 5. Эссе по дисциплине «».** Задание: - написать эссе по одной из предложенных тем (письменно в тетради).

**Темы эссе:**

1. Профессиональная деятельность специалиста по физической культуре и спорту.
2. Достижение высоких спортивных результатов – творческий поиск тренера и спортсмена.
3. Эффективность соревновательной деятельности, цена успеха.
4. Критерии оценки техники.
5. Целостный характер соревновательной деятельности. Интегральная подготовка.

**Оценочное средство 6. Кейс-задачи по дисциплине «Повышение профессионального мастерства»**

**Задание 1.** Заполните таблицу

Учебные дисциплины	Взаимосвязь с ППМ
1.	
2.	
3.	
...	

**Задание 2.** Заполните таблицу

Профессиональные умения и навыки специалиста по ФК и С	Стороны их практического применения
1.	
2.	
3.	
4.	
...	

**Задание 3.** Заполните таблицу "Критерии технического мастерства в избранном виде спорта" (на примере избранного вида спорта).

Критерии технического мастерства	Характеристика критериев
1.	
2.	
3.	

...	
-----	--

**Задание 4.** Заполните таблицу

ДКК	Методы их развития
1. Сила	
2. Быстрота	
3. Выносливость	
...	

**Задание 5.** Заполните таблицу

Стороны спортивной подготовки	Задачи, средства, методы
1.	
2.	
3.	
...	

**Оценочное средство 7. Реферат по дисциплине «Повышение профессионального мастерства».** Задание: - подготовить реферат.

**Тематика рефератов:**

1. Связь курса ППМ с дисциплинами профессиональной подготовки.
2. Основные понятия и термины в виде спорта применительно к тренировочной и соревновательной деятельности.
3. Классификация средств и методов обучения и тренировки.
4. Соревнования как форма повышения уровня спортивного мастерства спортсменов в процессе многолетней подготовки
5. Планирование, организация и проведение соревнований. Правила соревнований, их значение.
6. Спортивная техника.
7. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности.
8. Принципы спортивной тренировки.
9. Индивидуализация тренировочного процесса. Критерии технического мастерства спортсменов.
10. Физическая подготовка: задачи, средства, методы.
11. Повышение интеллектуального уровня спортсмена как фактор повышения спортивного мастерства в системе многолетней подготовки.
12. Психологическая подготовка в системе тренировки. Задачи, средства, методы психологической подготовки применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов.
13. Структура системы многолетней подготовки спортсменов.
14. Понятие о системе и системном подходе в спорте.
15. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденции развития избранного вида спорта.
16. Прогнозирование и моделирование в процессе многолетней подготовки спортсменов.
17. Особенности подготовки национальных сборных команд.
18. Программирование и контроль в процессе многолетней подготовки.
19. Тренировочные и соревновательные нагрузки на различном уровне спортивной подготовленности на различных этапах годичного цикла.
20. Содержание деятельности тренера по подготовке спортсменов.
21. Спортивный отбор в многолетней подготовке спортсменов.
22. Подготовка спортивных резервов.
23. Микроструктура, мезоструктура и макроструктура спортивной тренировки.
24. Техника безопасности при занятиях спортом. Меры предупреждения травматизма. Врачебно-педагогический контроль, самоконтроль.
25. Прогнозирование и моделирование в спорте, использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности.
26. Оценка эффективности соревновательной деятельности.
27. Целевые нормативы по видам подготовки.
28. Комплексный контроль как функция управления спортивной подготовкой.

29. Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля.
30. Информационные документы тренера и спортсмена.
31. Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсменов.
32. Особенности организации тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР.
33. Педагогический и врачебный контроль.
34. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности.
35. Роль науки в повышении эффективности процесса подготовки спортсменов.
36. Методы научных исследований в спорте.

**Оценочное средство 8. Практические задания по дисциплине «Повышение профессионального мастерства»**

1. Разработать проект по популяризации спорта, рекламный проект пропаганды тренировочной и соревновательной деятельности (с презентацией).
2. Разработать художественно-графические, текстовые, музыкальные рекламные материалы по популяризации избранного вида спорта (с презентацией).
3. Сделайте подборку (каталог) общеподготовительных, специально подготовительных и соревновательных упражнений для избранного вида спорта.
4. Привести по 5-7 примеров подготовительных и подводящих упражнений для формирования определенного спортивного навыка в избранном виде спорта.
5. Участие в соревнованиях по избранному виду спорта.

**Оценочное средство 9. Портфолио по дисциплине «Повышение профессионального мастерства». Название портфолио "Спортивно-педагогическая деятельность и профессиональные достижения". Структура портфолио:**

- спортивно-биографические данные;
- документы, подтверждающие профессиональные достижения в области спортивной и педагогической деятельности;
- копии опубликованных научных работ бакалавра (статьи, тезисы...).

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

1. Гущина Н.В. Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике: [Текст] / Н. В. Гущина, Л.Д. Назаренко. Ульяновск: УлГПУ, 2009. - 89, [1] с. - ISBN 978-5-86045-323-4. Место нахождения: 1чз, 5аб.
2. Касаткина Н.А., Федулова Л.Р., Рыскалкина Л.В. Формирование спортивно-педагогической компетентности студентов-бакалавров: учебно-методическое пособие. Ульяновск: УлГПУ, 2017. 50 с. В ПЕЧАТИ
3. Колесник И.С. Методология управления устойчивостью тела боксера. - М. : Теория и практика физ. культуры и спорта, 2009. - 116 с – 3 экз.
4. Назаренко Л.Д., Касаткина Н.А. Повышение надежности и стабильности соревновательной деятельности в спортивной аэробике: монография. - Ульяновск : ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2012. - 174 с. : ил. - Список лит.: с. 148-172. - ISBN 978-5-86045-534-4 : 200.00. Наличие: 1чз, 4аб
5. Назаренко Л.Д. Физиология физических упражнений. Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. 262 с. Место нахождения: 2аб.

**7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**Организация и проведение аттестации бакалавра**

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

**Цель проведения аттестации** – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

**Промежуточная аттестация** осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

**7.1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы:**

Компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатели формирования компетенции - образовательные результаты (ОР)		
		Знать	Уметь	Владеть
ПК-10 способность проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития	<b>Теоретический (знать)</b> особенности профессиональной педагогической деятельности в целом и в сфере физической культуры и спорта в частности, ее структуру и содержание и способы повышения профессиональной педагогической компетентности, самовоспитания и самообразования личности	ОР-1 ОР-2		
	<b>Модельный (уметь)</b> определить основное направление построения траектории роста собственной профессиональной деятельности и планировать процессы самообразования и саморазвития		ОР-3 ОР-4	
	<b>Практический (владеть)</b> навыками планирования процессов самовоспитания, самообразования и саморазвития и опытом поиска в различных источниках информации, необходимой для решения профессиональных задач и самообразования средствами определения зон актуального и ближайшего развития в своей профессиональной деятельности и способностью к профессионально-педагогической и личностной рефлексии.			ОР-5 ОР-6

**7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:**

№ п /п	РАЗДЕЛЫ (ТЕМЫ) ДИСЦИПЛИНЫ	СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Показатели формирования компетенции (ОР)					
			1	2	3	4	5	6
			<b>ПК-10</b>					
1	<b>Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида)</b>	<b>ОС-1</b> Контрольная работа <b>ОС-4</b> Дискуссия/«круглый стол» <b>ОС-5</b> Эссе <b>ОС-6</b> Кейс-задача <b>ОС-7</b> Защита реферата <b>ОС-8</b> Практические задания <b>ОС-9</b> Портфолио	+	+			+	+
2	<b>Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития двигательных-координационных качеств</b>	<b>ОС-2</b> План-конспект урока гимнастики <b>ОС-3</b> Индивидуальное творческое задание <b>ОС-6</b> Кейс-задача <b>ОС-7</b> Защита реферата <b>ОС-8</b> Практические задания			+	+	+	+
3	<b>Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений</b>	<b>ОС-2</b> План-конспект урока гимнастики <b>ОС-3</b> Индивидуальное творческое задание <b>ОС-5</b> Эссе <b>ОС-7</b> Защита реферата <b>ОС-8</b> Практические задания <b>ОС-9</b> Портфолио				+	+	+
	<b>Промежуточная аттестация</b>		<b>ОС-10</b> экзамен в форме устного собеседования по вопросам					

Оценочными средствами текущего оценивания являются: устные доклады, защита реферата, текущая работа на лабораторных работ, тест по теоретическим вопросам дисциплины. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на лабораторных занятиях.

### Критерии и шкалы оценивания

#### ОС-1 Контрольная работа

Контрольная работа представляет собой тест из 28 вопросов (образец теста приведен в п.6 программы). За каждый правильный ответ на вопрос теста начисляется 1 балл.

#### Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Шкала оценивания (максимальное количество баллов)
Знает историю развития избранного вида спорта, его методические особенности и средства, структуру и содержание тренировочного и соревновательного процесса	Теоретический (знать)	28

#### ОС-2 План-конспект урока гимнастики

#### Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно и логично формулирует образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи урока, выстраивает учебный материал, даёт правильное определенное понятий, техники двигательных действий и методические указания	Теоретический (знать)	8
Умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений	Модельный (уметь)	10
Излагает материал последовательно и правильно с точки зрения общедидактических и специально-методических закономерностей построения тренировочного занятия, с учетом требований норм специальной терминологии, готов применить знания на практике	Практический (владеть)	10
Всего:		28

#### ОС-3 Индивидуальное творческое задание

#### Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Обладает глубокими знаниями программного материала, проявляет творческие способности при терминологически корректном оформлении задания.	Теоретический (знать)	8
Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения	Модельный (уметь)	10



задания, прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений.		
Обладает рефлексией и чётко ориентируется в теме. Применяет научный подход в понимании и изложении учебного материала, готов применить знания на практике	Практический (владеть)	10
Всего:		28

#### ОС-4 Дискуссия/«круглый стол»

##### Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно раскрыто содержание материала, показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала, терминологически грамотное оформление работы	Теоретический (знать)	4
Анализирует эффективность использования в тренировочном процессе средств и методов избранного вида спорта, современных образовательных ресурсов	Модельный (уметь)	4
Всего:		8

#### ОС-5 Эссе

##### Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно раскрыто содержание материала, показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала, терминологически грамотное оформление работы	Теоретический (знать)	4
Анализирует эффективность использования в тренировочно-воспитательном процессе средств и методов избранного вида спорта, современных образовательных ресурсов	Модельный (уметь)	4
Всего:		8

**ОС-6 Кейс-задача**  
**Критерии и шкала оценивания**

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно и логично выстраивает учебный материал, даёт правильное определенное понятий, техники двигательных действий и методические указания	Теоретический (знать)	4
Умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры	Модельный (уметь)	4
Всего:		8

**ОС-7 Защита реферата**  
**Критерии и шкала оценивания**

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно раскрыто содержание материала, показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала, терминологически грамотное оформление работы	Теоретический (знать)	4
Анализирует эффективность использования в тренировочном процессе средств и методов избранного вида спорта, современных образовательных ресурсов	Модельный (уметь)	4
Всего:		8

**ОС-8 Практическое задание**  
**Критерии и шкала оценивания**

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Даётся правильное определенное понятий, техники двигательных действий и корректные методические указания	Теоретический (знать)	4
Умеет привести свои примеры общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений. провести на практике	Практический (владеть)	4
Всего:		8

**ОС-9 Портфолио**  
**Критерии и шкала оценивания**

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полно раскрыто содержание материала, показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего	Модельный (уметь)	4

усвоения терминологически оформление работы	материала, грамотное		
Анализирует использования в профессиональном образовательном процессе средств и методов избранного вида спорта и современных образовательных ресурсов, понимает возможность применения их на практике и применяет их	эффективность в личностном и становлении	Практический (владеть)	4
Всего:			8

#### **ОС-10 Экзамен в форме устного собеседования по вопросам**

При проведении экзамена учитывается уровень знаний обучающегося при ответах на вопросы (теоретический этап формирования компетенций), умение обучающегося отвечать на дополнительные вопросы по применению теоретических знаний на практике и по выполнению обучающимся заданий текущего контроля (модельный и практический этапы формирования компетенций).

#### **Критерии и шкала оценивания экзамена:**

Критерий	Этапы формирования компетенций	Количество баллов
Обучающийся перечисляет основные факты содержания преподаваемого предмета и методические особенности избранного вида спортивной деятельности, знает основные требования к профессиональной терминологии и программный материал ДЮСШ.	Теоретический (знать)	0-18
Обучающийся обосновывает возможности применения разнообразных средств избранного вида спорта в педагогическом взаимодействии, организации тренировочного процесса с использованием современных технологий и современных образовательных ресурсов в соответствии с требованиями федеральных стандартов по виду спорта и специальной профессиональной терминологии.	Модельный (уметь)	19-37
Обучающийся владеет техникой упражнений избранного вида спорта и методикой обучения им в конкретных педагогических ситуациях с корректным использованием профессиональной терминологии и специальных знаний, умений, навыков.	Практический (владеть)	38-56

**7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы:**

### **ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ЭКЗАМЕНА**

#### **Экзамен, 6 семестр**

1. Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Связь курса ППМ с дисциплинами профессиональной подготовки.
2. Основные понятия и термины в виде спорта применительно к тренировочной и соревновательной деятельности.
3. Классификация средств и методов обучения и тренировки.
4. Соревновательная деятельность и система соревнований. Соревнования как форма повышения уровня спортивного мастерства спортсменов в процессе многолетней подготовки.
5. Характеристика СД, место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной классификации.
6. Факторы, определяющие эффективность СД и достижение высоких спортивных результатов.
7. Характеристика соревнований, задачи и значение соревнований.
8. Виды соревнований. Построение соревнований.
9. Планирование, организация и проведение соревнований.
10. Правила соревнований, их значение.
11. Спортивная техника, как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности.
12. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности.
13. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии оценки техники.
14. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности. Критерии оценки тактики.
15. Принципы спортивной тренировки.
16. Техническая подготовка. Обучение технике. Задачи, средства, методы. Ошибки при освоении техники, их причины, предупреждение и методика устранения.
17. Совершенствование спортивной техники. Задачи, средства, методы.
18. Повышение надежности навыков спортивной техники в условиях действия сбивающих факторов (устоление, эмоциональное напряжение, шумовые и психические возмущения).
19. Индивидуализация тренировочного процесса. Критерии технического мастерства спортсменов.
20. Физическая подготовка. Задачи, средства, методы.
21. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков. Физическая подготовка в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов. Критерии физической подготовленности спортсменов.
22. Взаимосвязь и эффективное соотношение средств и методов ОФП и СФП.
23. Теоретическая подготовка. Повышение интеллектуального уровня, как фактор неуклонного повышения спортивного мастерства в системе многолетней подготовки.
24. Задачи, содержание, методы теоретической подготовки на всех уровнях многолетней работы со спортсменами. Общие и специальные вопросы теоретической подготовки.
25. Психологическая (морально-волевая) подготовка. Психологическая подготовка в системе тренировки. Задачи, средства, методы психологической подготовки применительно к различным организационным формам подготовки спортсменов.

26. Связь психологической подготовки с технико-тактической, физической, теоретической и соревновательной подготовкой.
27. Интегральная подготовка. Целостный характер соревновательной деятельности. Задачи, средства, методы и критерии интегральной подготовки.

#### Экзамен, 7 семестр

1. Структура системы многолетней подготовки спортсменов, составные части системы, взаимосвязь составных частей.
2. Понятие о системе и системном подходе в спорте.
3. Специфика вида спорта и продолжительность подготовки спортсмена – на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденции развития избранного вида спорта.
4. Прогнозирование и моделирование в процессе многолетней подготовки спортсменов.
5. Этапы многолетней подготовки спортсменов, задачи, средства и методы на отдельных этапах подготовки.
6. Подготовка спортсменов высоких разрядов. Задачи и организация работы. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации
7. Программирование и контроль в процессе многолетней подготовки (на примере программы для ДЮСШ по избранному виду спорта).
8. Построение тренировки на различных уровнях спортивной подготовленности; спортсменов различного возраста и пола; в различных организационных формах подготовки спортсменов.
9. Постановка задач, выбор средств и методов, программирование процесса подготовки.
10. Тренировочные и соревновательные нагрузки в возрастном аспекте, на различном уровне спортивной подготовленности, на различных этапах годичного цикла, в зависимости от сроков соревнований
11. Содержание деятельности тренера по всей «технической линии» подготовки спортсменов в многолетнем аспекте, на протяжении годичного цикла, малого цикла и отдельного тренировочного занятия
12. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях (спорт высших достижений, подготовка спортивных резервов, массовый спорт).
13. Связь отбора с модельными характеристиками тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
14. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсменов. Роль отбора в подготовке спортсменов высшей квалификации.
15. Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров.
16. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы.
17. Отбор в системе многолетней подготовки спортсменов (юные спортсмены и спортсмены высокой квалификации). Виды отбора: начальный, углубленный, в сборные команды и для участия в ответственных соревнованиях, связь видов отбора. Задачи, методы и организация отбора на отдельных этапах.
18. Особенности планирования учебно-тренировочной и воспитательной работы для групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования.
19. Подготовка спортсменов высших разрядов. Особенности работы в сборных командах.
20. Микроструктура спортивной тренировки (сущность, структура отдельных занятий и микроциклов, их классификация). Построение малых циклов и тренировочных занятий.
21. Мезоструктура спортивной тренировки (сущность, структура средних циклов тренировки, их классификация).

22. Макроструктура спортивной тренировки (тренировочные циклы типа годовых и полугодовых).
23. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
24. Работа в сфере массовых форм спортивной деятельности. Задачи, средства, методы. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы.
25. Занятия спортом в общеобразовательных и профессиональных школах, в средних специальных учебных заведениях, вузах, производственных коллективах, по месту жительства, в местах отдыха. Содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы. Комплектование групп и организация занятий в спортивных секциях.
26. Место работы спортивных секций в школе и оздоровительном лагере. Комплектование групп и организация занятий в спортивных секциях. Учет возрастных особенностей школьников. Особенности тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (спортивный зал, площадка, стадион).
27. Техника безопасности при занятиях спортом. Меры предупреждения травматизма. Врачебно-педагогический контроль, самоконтроль.

#### Экзамен, 8 семестр

5. Прогнозирование и моделирование в управлении, использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности.
6. Содержание модельных характеристик по основным компонентам СД, спортсменов различной квалификации.
7. Оценка эффективности соревновательной деятельности, критерии оценки, эффективность с учетом специфики вида спорта.
8. Модельные характеристики тренировочной деятельности (по уровню подготовленности), их содержание по технической, тактической, физической, психологической, интегральной подготовке, функциональным возможностям и морфологическим признакам. Модельные показатели спортсменов высоких разрядов и юных спортсменов.
9. Связь модельных характеристик соревновательной деятельности с уровнем подготовленности. Связь модельных характеристик спортсменов высоких разрядов и юных спортсменов.
10. Целевые нормативы по видам подготовки. Связь нормативов с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности.
11. Содержание нормативных требований по технической, тактической и физической подготовке для спортсменов разного возраста и уровня спортивного мастерства.
12. Планирование, как функция управления. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годовом цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям.
13. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетнем аспекте, в годовом цикле, малом и среднем циклах, отдельных тренировочных занятиях.
14. Типы малых и средних циклов подготовки в зависимости от задач, этапов подготовки, характера тренировочных нагрузок.
15. Комплексный контроль, как функция управления. Содержание комплексного контроля.
16. Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля.
17. Роль и значение специальной информации в работе тренера и спортсмена. Информационные документы тренера и спортсмена. Обобщение и анализ информационных документов тренера и спортсмена.
18. Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсменов.
19. Реализация документов программирования подготовки спортсменов.
20. Характеристика тренировочных нагрузок. Направленность тренировочного воздействия. Интенсивность нагрузки. Объем тренировочной нагрузки.

21. Планирование тренировочных нагрузок. Характер отдыха и его продолжительность.
  22. Соревновательные нагрузки, их характеристика.
  23. Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации, количество соревнований, стартов в годичном цикле.
  24. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки.
  25. Определение понятий «утомление» и «восстановление». Определение фаз восстановления по данным ЧСС. Характеристика явления «суперкомпенсации». Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления.
  26. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ. СДЮШОР. Многолетнее, годичное и текущее планирование в соответствии с программой.
  27. Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней подготовки. Программные требования по годам обучения.
  28. Педагогический и врачебный контроль.
  29. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности.
  30. Роль науки в повышении эффективности процесса подготовки спортсменов. Значение УИРС в решении задач научно-методической подготовки студентов, задачи и содержание.
  31. Основные направления научных исследований и методических работ в спорте. Методы научных исследований в спорте.
- Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.6 программы.

**7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции.**

Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице.

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
1.	Контрольная работа	Контрольная работа выполняется в форме письменного тестирования по теоретическим вопросам курса. Регламент – 1-1.5 минуты на один вопрос.	Тестовые задания
2.	План-конспект урока гимнастики	Разрабатывается план-конспект для конкретного класса с конкретно заданной темой, определяющей формулировку задач и подбор средств и методов	Темы и схема для план-конспекта
3.	Индивидуальное творческое задание	Разрабатывается методическая план-схема с созданием видео обеспечения (мультимедийной презентации)	Задания для выполнения индивидуальной творческой работы
4.	Дискуссия/«круглый стол»	Обсуждение проблемных ситуаций, конструктивные предложения по их решению на основе теоретического обоснования, оценивается развернутая личностная оценка проблемы и научная обоснованность	Набор проблемных ситуаций
5.	Эссе	Выполняется письменно в тетради, оценивается развернутая личностная оценка	Тем эссе

		проблемы эссе	
6.	Кейс-задача	Оценивается общее понимание вопроса и демонстрация умений, достаточных для дальнейшего усвоения материала, терминологически грамотное оформление работы	Набор кейс-задач
7.	Защита реферата	Реферат соответствует теме, выдержана структура реферата, изучено 85-100 % источников, выводы четко сформулированы	Темы рефератов
8.	Практическое задание	Подготовка карточек с комплексами упражнений избранного вида спорта, методикой обучения им, оценивается проведение их на практике, разрабатываются презентации по избранному виду спорта, участие в соревнованиях по избранному виду спорта и их судействе	Набор практических заданий по избранному виду спорта
9.	Портфолио	Подготовка портфолио по заданной структуре на основе личностных и профессиональных достижений	Структура портфолио
10.	Экзамен в форме устного собеседования по вопросам	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценки учитывается уровень приобретенных компетенций студента. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практикоориентированными заданиями.	Комплект примерных вопросов к экзамену.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лабораторных занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

### Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

#### Критерии оценивания знаний студентов по дисциплине (6, 7, 8 семестр)

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов за занятие	Максимальное количество баллов по дисциплине
1	Посещение лекций	<b>0</b>	<b>0</b>
2	Посещение практических занятий	<b>1</b>	<b>24</b>
3	Работа на занятии: -самостоятельная работа; -результат выполнения домашней работы; - работа на занятии.	8 2 2 4	<b>192</b>
4	Индивидуальное задание студента		
5	Контрольное мероприятие рубежного контроля	<b>28</b>	<b>28</b>
6	Экзамен		<b>56</b>
<b>ИТОГО:</b>	3 зачетные единицы		<b>300</b>



### Формирование балльно-рейтинговой оценки работы студента

Семестр		Посещение лекций	Посещение лабораторных и практических занятий	Работа на лабораторных и практических занятиях	Контрольное мероприятие рубежного контроля	Форма контроля
6, 7, 8 семестр	Разбалловка по видам работ	0 баллов	1 x 24=24 балла	8 x 24=192 балла	1 x 28=28 баллов	56 баллов экзамен
	Суммарный макс. балл	0 баллов max	24 балла max	216 баллов max	244 балла max	300 баллов max

### Критерии общего оценивания работы студента по дисциплине

По итогам 6, 7 и 8 семестров, трудоёмкость которых составляет по 3 ЗЕ, студент набирает определённое количество баллов, которое соответствует оценке по принятой балльной шкале, характеризующей качество освоения студентом знаний, умений и навыков по дисциплине согласно следующей таблице:

Оценка	Баллы (3 ЗЕ)
«отлично»	271-300
«хорошо»	211-270
«удовлетворительно»	151-210
«неудовлетворительно»	менее 150

### 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

#### *Основная литература:*

1. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации / . - Москва : Советский спорт, 2012. - 144 с. - ISBN 978-5-9718-0638-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210446>

2. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование [Текст] : учеб.пособие для студентов вузов / под ред. Ю.Д. Железняка. - 2-е изд., испр. - М. : Академия, 2005. 377 с.

3. Теория и методика физической культуры [Текст] : Учеб. для вузов / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. - [2-е изд., испр.]. - М. : Советский спорт, 2004. - 463 с.

4. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник. - 13-е изд., испр., доп. - Москва : Академия, 2016. - 496 с. : ил. - (Бакалавриат). - Список лит.: с. 488-489. - ISBN 978-5-4468-2297-3

#### *Дополнительная литература:*

1. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) / В.П. Губа. - Москва : Советский спорт, 2012. - 384 с. - ISBN 978-5-9718-0577-9 [Электронный ресурс]. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210423>

2. Гущина Н.В. Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике: [Текст] / Н.В. Гущина, Л.Д. Назаренко - Ульяновск: УлГПУ, 2009. - 89, [1] с. - ISBN 978-5-86045-323-4

3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : введение в предмет: учеб.для высш. спец. физ. учеб. заведений / Матвеев, Лев Павлович. - 4-е изд., стер. - СПб.и др. : Лань : Омега-Л, 2004. 158 с.

4. Никитушкин В.Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва [Текст] : монография / В.Г. Никитушкин ; П.В. Квашук, В.Г. Бауэр. - М.: Советский спорт, 2005. 229 с.

5. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки: Монография / Г.А. Кузьменко - М.:Прометей, 2013. - 532 с. ISBN 978-5-7042-2393-1 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=558720>

6. Филин В.П. Основы юношеского спорта/ В. П. Филин ; Н.А. Фомин. - М. : Физкультура и спорт, 1980. - 254,[1] с.

7. Учебно-тренировочный процесс в боксе: Монография / В.А. Стрельников, В.А. Толстиков, В.А. Кузьмин. - М.:НИЦ ИНФРА-М, СФУ, 2016. - 112 с.: 60x90 1/16. - (Научная мысль) ISBN 978-5-16-006378-2 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=559149>

8. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства [Текст] : учеб.пособие для высш. учеб. заведений физ. культуры / А.М. Якимов. - М. : Терра-Спорт, 2003. - 175 с.

**9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

**Интернет-ресурсы:**

**Электронный адрес**

**Название сайта**

<http://www.school.edu.ru>:

Федеральный российский общеобразовательный портал

<http://www.edu.ru>:

Федеральный портал «Российское образование»

<http://www.olumpik.org>:

Международный олимпийский комитет

<http://www.uroki.ru>:

Образовательный портал «Учеба»

<http://www.courier.com.ru>:

Электронный журнал «Курьер образования»

<http://www.vestnik.edu.ru>:

Электронный журнал «Вестник образования»

<http://www.sovsportizdat.ru/>:

Издательский дом «Советский спорт»

<http://lib.sportedu.ru>:

Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре

<http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>:

Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»

<http://minstm.gov.ru/>:

Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации

<http://www.shkola-press.ru>

Журнал «Физическая культура в школе»

<http://www.fig-gymnastics.ru>

Международная федерация гимнастики

**Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»**

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 2304 от	с 31.05.2017 по 31.05.2018	6 000

		19.05.2017		
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Договор № 1010 от 26.07.2016	с 22.08.2016 по 21.11.2017	6 000

## 10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лабораторных занятий и активной работы на них, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Приступая к изучению дисциплины студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке УлГПУ. Получить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия в библиотеке, завести новую тетрадь для самостоятельной работы, выполнения индивидуальных занятий и работы с первоисточниками.

В ходе подготовки к занятиям изучите основную литературу, ознакомьтесь с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учитывайте рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Подготовьте тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращайтесь за методической помощью к преподавателю. Составьте план-конспект своего занятия.

### Подготовка к лабораторным занятиям.

При подготовке к лабораторным занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале лабораторного занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задание. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных работ, собеседование со студентом.

### Подготовка к устному докладу.

Доклады делаются по каждой теме с целью проверки теоретических знаний обучающегося, его способности самостоятельно приобретать новые знания, работать с информационными ресурсами и извлекать нужную информацию.

Доклады заслушиваются в начале лабораторного занятия после изучения соответствующей темы. Продолжительность доклада не должна превышать 5 минут. Тему доклада студент выбирает по желанию из предложенного списка.

При подготовке доклада студент должен изучить теоретический материал, используя основную и дополнительную литературу, обязательно составить план доклада (перечень рассматриваемых им вопросов, отражающих структуру и последовательность материала), подготовить раздаточный материал или презентацию. План доклада необходимо предварительно согласовать с преподавателем.

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к простому воспроизведению текста, не допускается простое чтение составленного конспекта доклада. Выступающий также должен быть готовым к вопросам аудитории и дискуссии.

Результаты выполнения заданий на практических занятиях оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

При освоении дисциплины могут быть использованы следующие формы контроля самостоятельной работы:

- 1) реферат,
- 2) коллоквиум,
- 3) контрольная работа,
- 4) тестовый контроль,
- 5) другие по выбору преподавателя.

Бакалавр должен выполнить объем самостоятельной работы, предусмотренный рабочим учебным планом, максимально используя возможности индивидуального, творческого и научного потенциала для освоения образовательной программы в целом. Самостоятельная работа бакалавров может носить репродуктивный, частично-поисковый и поисковый характер. Самостоятельная работа, носящая репродуктивный характер, предполагает, что в процессе работы студенты пользуются методическими материалами и методическими пособиями, в которых указывается, в какой последовательности следует изучать материал дисциплины, обращается внимание на особенности изучения отдельных тем и разделов. Самостоятельная работа, носящая частично-поисковый характер и поисковый характер, нацеливает студентов на самостоятельный выбор способов выполнения работы, на развитие у них навыков творческого мышления, инновационных методов решения поставленных задач.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся обеспечены доступом к базам данных и библиотечным фондам, а также доступом к сети Интернет. Рекомендации по работе с литературой и другими источниками:

- при выполнении самостоятельной работы с литературой у бакалавра должен присутствовать навык теоретического анализа и обобщения специальной научной литературы по проблемам физической культуры;
- умение применить приобретенные знания для решения комплексных задач практического характера (составить поурочный план, разработать конспект урока, подобрать комплекс упражнений для формирования физического качества и т.д.).

При подготовке к экзамену повторите пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на экзамен и содержащихся в данной программе. Используйте специальную литературу, рекомендованную преподавателем. Особое внимание обратите на темы учебных занятий, пропущенных по разным причинам. При необходимости обратитесь за консультацией и методической помощью к преподавателю.

### **Планы лабораторных занятий**

**Лабораторные работы № 1-4. Тема 3. Характеристика вида спорта, терминология, классификация технических приемов.**

**Цель работы:** изучить сущность, функции и методические особенности избранного вида спорта применительно к тренировочной и соревновательной деятельности.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Изучить правила соревнований избранного вида спорта, средства и методы тренировки в избранном виде спорта.

#### **Содержание работы:**

Основные понятия и термины избранного вида спорта, тренировочная и соревновательная деятельность. Классификация техники вида спорта. Классификация тактики вида спорта. Классификация средств и методов обучения и тренировки.

**Форма представления отчета:** работа в микрогруппах, проведение подготовительной части тренировочного занятия, устный отчет по проблематике занятия «Перекрестная дискуссия».

**Лабораторные работы № 5-8. Оборудование и инвентарь. Правила соревнований. Обследование и описание технико-тактических действий спортсменов.**

**Цель работы:** изучить практическое применение средств и методов, применяющихся в обучении спортсменов технике и для развития двигательно-координационных качеств.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Изучить правила соревнований избранного вида спорта раздел «Оборудование и инвентарь для проведения соревнований», оборудование и инвентарь для обучения технике и тактике вида спорта, для физической подготовки в избранном виде спорта.

**Содержание работы:**

Разбор правил соревнований раздел «Оборудование и инвентарь для проведения соревнований». Просмотр и анализ киноматериалов, видеозаписей соревнований: определение состава соревновательных действий спортсменов; разбор соревновательных упражнений и методика обучения им. Овладение методами обследования СД спортсменов, обработка полученных данных и их анализ.

Подбор подготовительных и подводящих упражнений для обучения определенному спортивному навыку. Анализ классификации техники и тактики, упражнений, применяющихся в обучении спортсменов технике и для развития физических качеств.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, устный отчет по проблематике занятия.

**Лабораторные работы № 9-12. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях.**

- . Основные разделы содержания практических занятий следующие:  
Практика судейства.

**Цель работы:** изучить особенности тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта с учетом спортивной квалификации, интегральную подготовку и специфику участия в соревнованиях.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Изучить правила соревнований по избранному виду спорта раздел «Содержание соревновательной деятельности, соревновательные действия».

**Содержание работы:**

Содержание практических лабораторных занятий определяется применительно к уровню спортивной квалификации студентов. Физическая подготовка: упражнения для развития быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости; упражнения для развития специальных физических качеств, которые определяются спецификой вида спорта. Техническая подготовка: обучение технике избранного вида спорта, совершенствование техники. Тактическая подготовка: обучение тактике избранного вида спорта, совершенствование тактики. Интегральная подготовка – решение в единстве задач физической и технической подготовки, технической и тактической (метод совмещенных воздействий и др.). Соревнования по физической, технико-тактической подготовке: контрольные и прикидки, соревнования).

**Форма представления отчета:** предоставление отчета об участии в официальных соревнованиях различного масштаба по избранному виду спорта.

**Лабораторные работы № 13-16. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения соревнований.**

**Цель работы:** формировать умения и навыки обучения физическим упражнениям из раздела ОФП и СФП, обучение тактике.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы..
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, подготовить план-схему обучения одному из технико-тактических действий избранного вида спорта.

**Содержание работы:**

Средства, методы, этапы обучения физическим упражнениям из раздела ОФП и СФП, обучение тактике:

- команды и распоряжения;
- показ упражнений;
- объяснение упражнений;
- постановка заданий для проведения студентами тренировочного занятия.

Составление программы соревнований по физической, технической подготовке, по избранному виду спорта.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике процесса обучения одному из технико-тактических действий избранного вида спорта.

**Лабораторные работы № 17-20. Обзорно-методические занятия. Физическая, техническая и тактическая подготовка. Связь содержания, средств и методов подготовки.**

**Цель работы:** систематизировать знания о содержании, средствах и методах спортивной подготовки в избранном виде спорта, научиться их практическому применению.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, подготовить план-конспект тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

Интегрируются полученные знания, умения, навыки в аспекте целостной профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Роль технических средств в решении задач физической, технической и тактической подготовки.

Связь содержания занятий, средств и методов физической, технической и тактической подготовки со структурой СД и фактами, обуславливающими ее эффективность. Связь тренировки и соревнований. Обзор правил соревнований, их роль в повышении уровня спортивного мастерства спортсменов в виде спорта.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике тренировочного занятия по избранному виду спорта.

**Лабораторные работы № 21-24. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков.**

**Цель работы:** совершенствовать спортивную подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Содержание занятий определяется на основе материала предыдущих разделов и выбирается студентом по двум направлениям:

- устранение ошибок, доработка слабо освоенных знаний;
- совершенствование знаний и умений по отдельным разделам.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия «Круглый стол».

#### ***Лабораторные работы № 25-26. Спортивная техника, стратегия и тактика***

**Цель работы:** изучить системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий избранного вида спорта.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

#### **Содержание работы:**

Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии оценки техники.

Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности. Единство тактики с техникой. Организация коллективных и индивидуальных действий. Критерии оценки тактики.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в виде «Круглого стола».

#### ***Лабораторные работы № 27-28. Тренировка и тренировочная деятельность***

**Цель работы:** изучить факторы, определяющие эффективность тренировки в избранном виде спорта на разных этапах многолетней подготовки.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, подготовить план-конспект тренировочного занятия.

#### **Содержание работы:**

Содержание практических лабораторных занятий определяется применительно к уровню спортивной квалификации студентов. Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Факторы, определяющие эффективность тренировки. Принципы тренировки. Основные стороны тренировки. Тренировочные нагрузки. Тренировка и тренировочная деятельность. Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая, теоретическая и интегральная подготовка. Задачи, средства, методы применительно к избранному виду спорта.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике тренировочного занятия по избранному виду спорта.

#### ***Лабораторные работы № 29-30. Тренировка ведущих двигательных координационных качеств***

**Цель работы:** изучить методики развития двигательных координационных качеств и особенности их реализации в двигательных действиях и спортивных навыках.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, подготовить план-конспект тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

Методика развития двигательных качеств, интегральный подход в методике совершенствования двигательных навыков и развития физических качеств. Специфические особенности физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и др. Реализация физических качеств в двигательных действиях, спортивных навыках.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике тренировочного занятия по избранному виду спорта.

**Лабораторная работа № 31. Рациональное соотношение ОФП и СФП**

**Цель работы:** изучить взаимосвязь и эффективное соотношение средств и методов ОФП и СФП на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Физическая подготовка: задачи, средства, методы. Критерии физической подготовленности спортсменов. Регулирование нагрузки.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия «Учебная дискуссия».

**Лабораторные работы № 32-34. Техника и тактика избранного вида спорта, проявление физических качеств и их развитие**

**Цель работы:** изучить технику и тактику избранного вида спорта

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, подготовить план-конспект тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

Технико-тактическая и теоретическая подготовка. Обзор средств и методов технической и тактической подготовки и выбор их в зависимости от поставленных задач в тренировочных занятиях. Средства и методы совершенствования технико-тактической подготовки на основе повышения интеллектуального уровня спортсменов на всех этапах многолетней подготовки.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия и работа в группах.

**Лабораторные работы № 35-37. Анализ правил соревнований, составление документации. Подбор и составление комплексов упражнений.**

**Цель работы:** изучить правила составления документации по проведению соревнований районного и городского масштаба по виду спорта

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, повторить правила соревнований и систему оценивания в избранном виде спорта, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**



Анализ правил соревнований для спортсменов различного возраста и спортивной квалификации. Разбор и составление документации по проведению соревнований районного и городского масштаба по виду спорта.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в виде «Круглого стола».

**Лабораторная работа № 38. Анализ документов планирования, видеосъемок, протоколов соревнований**

**Цель работы:** изучить особенности составления документов планирования тренировочной работы по виду спорта в школьных спортивных секциях, летнем лагере, по месту жительства

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, подготовить годовой график, поурочный план, конспект тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

Разбор и составление документов планирования учебно-тренировочной работы в школьных спортивных секциях, летнем лагере, по месту жительства (годовой график, поурочный план, конспект тренировочного занятия).

Анализ материалов киносъемки, видеозаписи, наблюдений на соревнованиях, обобщение полученных данных и заключения по технике, тактике, методике обучения.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**Лабораторные работы № 39-40. Содержание практических занятий с учетом спортивной квалификации. Физическая, техническая, тактическая и интегральная подготовка. Участие в соревнованиях**

**Цель работы:** совершенствовать спортивную подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Содержание практических занятий определяется в соответствии с уровнем спортивной квалификации студентов. Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств, необходимых в избранном виде спорта – большего объема и интенсивности. Применение круговой тренировки. Техничко-тактическая подготовка. Обучение новым приемам техники, совершенствование ранее изученных, упражнения повышенной интенсивности. Сочетание упражнений по технике с упражнениями СФП.

Соревнования по физической и технико-тактической подготовке. Судейство соревнований.

**Форма представления отчета:** предоставление отчета об участии в официальных соревнованиях различного масштаба по избранному виду спорта.

**Лабораторные работы № 41-43. Учебная практика. Умения и навыки обучения физическим упражнениям и проведения учебно-тренировочных занятий. Судейство соревнований**

**Цель работы:** совершенствовать методическую и судейскую подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, повторить правила соревнований и систему оценивания в избранном виде спорта, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Содержание занятий определяется на основе материала предыдущих разделов и выбирается студентом по направлениям:

- умения и навыки обучения упражнениям (общеразвивающим, подготовительным, техническим, тактическим): команды и распоряжения; показ и объяснение, применение наглядных пособий; анализ выполненных упражнений, фиксирование ошибок и выявление их причин; подготовка заданий для самостоятельных действий занимающихся;

- умения и навыки проведения занятий: проведение перестроений для выполнения каких либо заданий; обучение общеразвивающим, подготовительным и подводящим упражнениям в связи с задачами тренировочного занятия с постановкой конкретных задач;

- проведение соревнований: составление положения о соревнованиях, оформление протоколов, подготовка отчетной документации, непосредственное участие в судействе соревнований;

- устранение ошибок, доработка слабо освоенных знаний;

- совершенствование знаний и умений по отдельным разделам.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**Лабораторные работы № 44-45. Обзорно-методические занятия. Обзор средств и методов физической, технической и тактической подготовки. Планирование и регулирование нагрузки**

**Цель работы:** систематизировать знания о содержании, средствах и методах спортивной подготовки, планировании и регулировании нагрузки в избранном виде спорта, научиться их практическому применению.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, подготовить план-конспект тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

Интегрируются полученные знания, умения, навыки в аспекте целостной профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Обзор средств и методов развития физических качеств, технической и тактической подготовки, интеллектуальной и психологической подготовки применительно к специфике избранного вида спорта.

Планирование учебно-тренировочной работы и реализация плана в процессе работы – обосновать «технологический процесс» деятельности тренера на определенном этапе работы.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике тренировочного занятия по избранному виду спорта.

**Лабораторные работы № 46-48. Учебная практика. Индивидуальные занятия с преподавателем: доработка и устранение ошибок, совершенствование умений и навыков**

**Цель работы:** совершенствовать спортивную подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

### **Содержание работы:**

Содержание занятий составляют вопросы, слабо усвоенные студентом или в которых он склонен углубить свои знания, умения и навыки. Важное значение здесь имеют учебно-познавательные задачи, работа с литературой, подбор и реализация комплексов упражнений по развитию физических качеств, совершенствования технико-тактических действий; а также устранение ошибок, доработка слабо освоенных знаний; совершенствование знаний и умений по отдельным разделам.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия «Круглый стол».

### **Лабораторные работы № 49-50. Особенности многолетней подготовки спортсменов**

**Цель работы:** изучить особенности многолетней подготовки спортсменов

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

### **Содержание работы:**

Этапы многолетней подготовки спортсменов – от начала занятий в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Составные части системы подготовки спортсменов (подсистемы), их взаимосвязь. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденций развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе построения многолетней подготовки спортсменов.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в виде «Круглого стола».

### **Лабораторные работы № 51-52. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки**

**Цель работы:** изучить особенности методики и организации отбора на основных этапах многолетней подготовки спортсменов.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

### **Содержание работы:**

Уровни отбора, особенности методики и организации отбора на основных этапах многолетней подготовки спортсменов.

Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности.

Начальный отбор для занятий спортом. Углубленный отбор на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, средства, методы. Отбор в сборные команды и для выступления в ответственных соревнованиях.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в виде «Учебная дискуссия».

### **Лабораторные работы № 53-54. Особенности подготовки спортсменов различной квалификации**

**Цель работы:** изучить особенности подготовки спортсменов различной квалификации и применить на практике

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы, разработать план-конспект тренировочного занятия.

### **Содержание работы:**

Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации.

Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров.

Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Занятия в общеобразовательных и профессиональных школах, вузах, производственных коллективах, по месту жительства. Содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и мультимедийной презентации, проведение на практике тренировочного занятия по избранному виду спорта.

#### ***Лабораторные работы № 55-56. Спортивная ориентация и отбор в виде спорта***

**Цель работы:** изучить применение на практике методик спортивной ориентации и отбора в избранном виде спорта

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

### **Содержание работы:**

Отбор в системе многолетней подготовки спортсменов (юные спортсмены и спортсмены высокой квалификации). Виды отбора: начальный, углубленный, в сборные команды и для участия в ответственных соревнованиях, связь видов отбора. Задачи, методы и организация отбора на отдельных этапах.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в виде «Учебная дискуссия».

#### ***Лабораторные работы № 57-58. Разработка комплекса тестов для отбора в избранный вид спорта***

**Цель работы:** изучить применение на практике тестовых методик спортивного отбора в избранном виде спорта

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Разработать/подобрать контрольные нормативы для спортивного отбора в избранном виде спорта.

### **Содержание работы:**

Разработка системы контрольных нормативов, тестирование, обработка и оформление полученных материалов. Овладение методами исследования, применяемыми в физическом воспитании и спорте. Определение конкретного объема исследования для курсовой работы, подбор фактического материала и его обработка, составление плана работы.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и практическое проведение контрольных нормативов спортивного отбора в избранном виде спорта.

#### ***Лабораторная работа № 59. Разработка индивидуальных планов подготовки, модельных тренировочных занятий, модельных малых и средних циклов***

**Цель работы:** совершенствовать умения планирования индивидуальные планы всех видов подготовки в избранном виде спорта.

#### **Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Разработка индивидуальных планов тренировки, обработка и анализ индивидуальных (студенческих) планов за предыдущие годы обучения. Варианты расчетов основных параметров тренировки для спортсменов различной квалификации. Разработка модельных тренировочных занятий различной направленности и по уровню воздействия на организм занимающихся. Разработка модельных малых циклов различного типа, компоновка тренировочных занятий. Разработка средних циклов различных по своему характеру, компоновка для них малых циклов.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**Лабораторная работа № 60. Разработка документации по проведению учебно-тренировочных сборов и соревнований, НИР**

**Цель работы:** изучить процесс разработки документации для проведения учебно-тренировочных сборов

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Разработка документации для проведения учебно-тренировочных сборов. Разбор, анализ, составление документации по проведению соревнований по технической и физической подготовке. Применение навыков НИР в подготовке и написании курсовой работы по специализации.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**Лабораторные работы № 61-62. Разработка документов планирования на основе программы для спортивных школ. Последовательность изучения техники, тактики вида спорта в многолетнем аспекте, в течение года**

**Цель работы:** изучить процедуру планирования многолетней и годичной тренировки на основе программы для спортивных школ

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Разработка документов планирования на основе программ ДЮСШ, годичных планов по циклам технологии УВП. Планирование программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле. Структурные компоненты тренировочного процесса. Комплексный контроль в структуре подготовки спортсменов. Содержание и методы комплексного контроля.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия «Круглый стол».

**Лабораторная работа № 63. Разработка системы контрольных нормативов на основе заданных модельных характеристик спортсменов по тренировочной и соревновательной деятельности**

**Цель работы:** изучить применение на практике методик спортивного контроля и учета в избранном виде спорта

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, разработать комплекс контрольных нормативов на основе заданных модельных характеристик спортсменов по тренировочной и соревновательной деятельности

**Содержание работы:**

Модельные характеристики и целевые нормативы по технико-тактической, физической, интегральной подготовке для спортсменов различной квалификации.

**Форма представления отчета:** предоставление выполненных письменных заданий и практическое проведение контрольных нормативов в избранном виде спорта.

**Лабораторные работы № 64-66. Практические занятия. Индивидуальные программы тренировки по всем видам подготовки спортсменов. Участие и судейство соревнований**

**Цель работы:** совершенствовать умения планирования индивидуальные программы тренировки по всем видам подготовки в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, повторить правила соревнований и систему оценивания в избранном виде спорта, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Специфика постановки задач, выбора средств и методов тренировки в зависимости от подготовленности спортсменов Построение циклов подготовки: годовых, средних, малых циклов отдельных тренировочных занятий – в их взаимосвязи и направленности на решение определенных задач. Тренировочные программы, тренировочные и соревновательные нагрузки. Названные вопросы следует излагать, раскрывая технологию деятельности тренера, преподавателя при решении этих вопросов.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**Лабораторные работы № 67-70. Учебная практика. Проведение учебно-тренировочных занятий. Организация и проведение соревнований различного масштаба**

**Цель работы:** совершенствовать спортивную и судейскую подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.

2. Повторить материал по ранее изученным темам, повторить правила соревнований и систему оценивания в избранном виде спорта, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Моделируются (преподавателем) тренировочные занятия, различные по направленности и содержанию – в соответствии с содержанием других форм занятий (лекции, семинары): средние тренировочные циклы, входящие в их структуру типы малых тренировочных циклов и наконец, входящие в малые циклы тренировочные занятия.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия «Круглый стол».

**Лабораторные работы № 71-72. Обзорно-методические занятия. Построение тренировки с учетом пола индивидуальных и возрастных особенностей спортсменов**

**Цель работы:** совершенствовать методическую подготовленность в избранном виде спорта.

**Рекомендации к самостоятельной работе**

1. Проработать материал по теме лабораторного занятия из учебников и пособий основной и дополнительной литературы, ответить на контрольные вопросы.
2. Повторить материал по ранее изученным темам, ответить на контрольные вопросы.

**Содержание работы:**

Содержание занятий составляют вопросы, предложенные студентом, а также учебно-познавательные задачи, анализ документов, материалов киносъемок, видеозаписей, протоколов соревнований.

**Форма представления отчета:** индивидуальное собеседование с преподавателем, предоставление выполненных письменных заданий и устный отчет по проблематике занятия в группах и микрогруппах.

**11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

№	Название ПО и ИСС	Договоры (контракты), по которому закупалось
1	Microsoft Windows 7 Pro	№16-10-оаэ ГК от 08.09.2010 г., №17-10-оаэ ГК от 29.10.2010 г., №15-11 оаэ ГК от 07.11.2011 г., №0368100013812000009-0003977-01 от 22.10.2012 г. №0368100013813000050-0003977-01 от 02.10.2013 г., №0368100013814000035-0003977-01 от 05.11.2014 г., №0368100013814000031-0003977-01 от 18.08.2014 г.
2	Microsoft Office 2010 Professional Plus/Std/Home and Student	№17-10-оаэ ГК от 29.10.2010 г., №15-11 оаэ ГК от 07.11.2011 г., №200712-1Ф от 20.07.2012 г., №0368100013812000009-0003977-01 от 22.10.2012 г.
3	Антивирус ESET NOD32 Business Edition renewal	№260916-1ЛД от 12.12.2016 г.
4	Информационная система управления образовательным процессом ВУЗа «IntranetAcademic»	№1103 от 15.12.2014 г.
5	Apache OpenOffice Media Player Classic - Home Cinema VLC media player The KMPlayer DjVuWinDjView 7-Zip AIMP	Свободно распространяемое ПО

PDF Adobe Reader Google Chrome Астрономический Календарь (АК)	
---	--

**12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
<p>Пл. 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Аудитория № 124 Аудитория для семинарских, лабораторных и практических занятий</p>	<p>Посадочные места – 28 Стол ученический двухместный – 14 шт., стул ученический – 28, Стол преподавателя (ВА0000006626), Мягкий стул для преподавателя, Трибуна Книжный шкаф Мультимедийный класс (ВА0000005373) в составе: интерактивная система SMARTBoaroSB685, Ноутбук HPPavilion g6-2364/ мышь, кабель-коммутатор D-Link (ВА000000)</p>	<p><b>Лицензионные программы</b> * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Антивирус ESET EndpointAntivirusforWindows, лицензия EAV-0120085134, контракт №1110 от 15.12.2014 г., действующая лицензия. * Операционная система WindowsPro 8 OEM, Гражданско-правовой договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г., действующая лицензия. * Офисный пакет программ MicrosoftOfficeProPlus 2013 OLP NL Academic, OpenLicense: 62135981, Гражданско-правовой договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г., действующая лицензия. * Учебное программное обеспечение Smart, , Гражданско-правовой договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата PDF AdobeReader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Браузер GoogleChrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * LibroOffice 4L открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия * программа проигрыватель видео и аудио файлов KMPlayer, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия</p> <p>Ноутбук ACERE1-571G (3230M/4Gb/500Gb/W8 15”</p>
Пл. 100-летия со		



<p>дня рождения В.И. Ленина, дом 4.</p> <p>Аудитория № 125 Аудитория для семинарских, лабораторных и практических занятий</p>	<p>Посадочные места – 26 Стол ученический двухместный– 13 шт., стул ученический – 26, Трибуна-1шт. Доска одност. -1шт. Ноутбук ACERE1- 571G (3230M/4Gb/500Gb/W 8 15” (BA0000005573) Шторы белые бшт.</p>	<p>договор №0368100013813000050-0003977-01 от 2.10.13г. * Офисный пакет программ MicrosoftOfficeStandard 2010 OLP NL Academic, OpenLicense: 60696830, договор №200712-1Ф от 20.07.2012 г., действующая лицензия <b>Лицензионные программы</b> * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Антивирус ESET EndpointAntivirusforWindows, лицензия EAV-0120085134, контракт №2609-1ЛД от 12.12.2016 г., действующая лицензия. * Операционная система Windows 7 Pro, Гражданско-правовой договор № 0368100013812000009-0003977-01 от 22.10.2012 г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата PDF AdobeReader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Браузер GoogleChrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Браузер Opera, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано</p>
<p>Пл. 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4.</p> <p>Аудитория Компьютерный класс</p>	<p>Посадочные места – 20 Стол ученический двухместный– 7 шт., Стол компьютерный 9 шт., стул ученический – 20, Трибуна -1шт. Доска зеленая 3-х створчатая Огнетушитель-2шт. Сервер (системный блок ASUS- i3200/512/DVD-RV, монитор 17, APC,</p>	<p>Сервер (системный блок ASUS- i3200/512/DVD-RV * Операционная система WindowsXPSP3 Upgrd OLP NL Acdmc, Open <b>Лицензионные программы</b> * Офисный пакет программOfficeProPlus 2010 OLPNLAcdmc, * Программа для просмотра файлов формата PDF AdobeReader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа FoxitReader, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа KMPlayerAIMРоткрытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа MyTest/ открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Браузер Opera, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия,</p>

	<p>клавиатурная мышь)          ВА0000001089)          Компьютер          (системный блок          ASUS-          i3200/512/80FDD, NEC          LCD175VXM,          монитор 17, APC,          клавиатурная мышь) –          8шт.,          (ВА0000001081,          ВА0000001082,          ВА0000001083,          ВА0000001084,          ВА0000001085,          ВА0000001086,          ВА0000001087,          ВА0000001088)          Зеркало-1шт.</p>	<p>пролонгировано          Компьютер (системный блок ASUS-          i3200/512/80FDD, NEC LCD175VXM  <b>Лицензионные программы</b>          *          Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows          , лицензия          EAV-0120085134, контракт №1110 от          15.12.2014 г., действующая лицензия.          * Операционная система Windows          XP SP3 Upgrd OLP NL Acdmc, Open          * Офисный пакет программ Office ProPlus          2010 OLP NL Acdmc, договор №16-10-ОАЭ          ГК от 08.09.2010 г., действующая лицензия.          * Программа для просмотра файлов формата          PDF Adobe Reader XI, открытое программное          обеспечение, бесплатная лицензия,          пролонгировано.          * Программа OpenOffice 2.02, открытое          программное обеспечение, бесплатная          лицензия, пролонгировано.          * Браузер Opera, открытое программное          обеспечение, бесплатная          лицензия, пролонгировано.</p> <p>Ноутбук Lenovo G560  <b>Лицензионные программы</b>          * Операционная система Windows 7 Pro,          контракт № 15-11 оаэ ГК «07» ноября 2011          г., действующая лицензия          * Программа Microsoft Office Professional Plus          2010, контракт № 15-11 оаэ ГК «07» ноября          2011 г., действующая лицензия          * Программа для просмотра файлов формата          PDF Adobe Reader XI, открытое программное          обеспечение, бесплатная лицензия,          пролонгировано.          * Программа Foobar 2000, открытое          программное обеспечение, бесплатная          лицензия          * Программа JetAudio, открытое программное          обеспечение, бесплатная лицензия</p>
--	---	--