

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Таганрогского института  
имени А.П. Чехова (филиала)  
РГЭУ (РИНХ)  
\_\_\_\_\_ Петрушенко С.А.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Рабочая программа дисциплины  
Методика спортивной подготовки**

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
направленность (профиль) 44.03.05.37 Физическая культура и Дополнительное  
образование (спортивная подготовка)

Для набора 2024 года

Квалификация  
Бакалавр

КАФЕДРА **физической культуры****Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр на<br>курсе>) | 5 (3.1) |    | 6 (3.2) |     | 7 (4.1) |     | Итого |     |
|---|---------|----|---------|-----|---------|-----|-------|-----|
|   | Неделя  |    | 16 3/6  |     | 16 4/6  |     |       |     |
| Вид занятий                               | УП      | РП | УП      | РП  | УП      | РП  | УП    | РП  |
| Лекции                                    | 16      | 16 | 16      | 16  | 16      | 16  | 48    | 48  |
| Практические                              | 16      | 16 | 34      | 34  | 32      | 32  | 82    | 82  |
| Итого ауд.                                | 32      | 32 | 50      | 50  | 48      | 48  | 130   | 130 |
| Контактная работа                         | 32      | 32 | 50      | 50  | 48      | 48  | 130   | 130 |
| Сам. работа                               | 40      | 40 | 58      | 58  | 60      | 60  | 158   | 158 |
| Часы на контроль                          |         |    | 36      | 36  | 36      | 36  | 72    | 72  |
| Итого                                     | 72      | 72 | 144     | 144 | 144     | 144 | 360   | 360 |

**ОСНОВАНИЕ**

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 29.08.2024 протокол № 1.

Программу составил(и): канд. пед. наук, Зав. каф., Кибенко Е. И. \_\_\_\_\_

Зав. кафедрой: Кибенко Е. И. \_\_\_\_\_

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

|     |   |
|-----|---|
| 1.1 | формирование компетенций, обеспечивающих готовность студентов к решению профессиональных задач педагогического содержания, вооружение знаниями и умениями, направленными на решение вопросов повышения уровня спортивной подготовки у обучающихся, приобретение навыков практической деятельности |
|-----|---|

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

|          |  |
|----------|--|
| ПКО-3.1: | Осуществляет обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и со-временных образовательных технологий   |
| ПКО-3.2: | Осуществляет педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения метапредметных, предметных и личностных результатов  |
| ПКО-3.3: | Применяет предметные знания при реализации образовательного процесса   |
| ПКО-3.4: | Организует деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности  |
| ПКО-3.5: | Участвует в проектировании предметной среды образовательной программы  |
| ПКО-2.1: | Решает педагогические, научно-методические и организационно-управленческие задачи в сфере основного общего и среднего общего образования   |
| ПКО-2.2: | Осуществляет проектирование и реализацию содержания обучения и воспитания в сфере основного общего и среднего общего образования в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей учащихся   |
| ПКО-2.3: | Работает с документацией, сопровождающей реализацию обучения и воспитания в общеобразова-тельной школе   |
| ПКО-2.4: | Проектирует технологии реализации содержания обучения и воспитания в сфере основного общего и среднего общего образования  |
| ПКО-2.5: | Проектирует результаты обучения в сфере основного общего и среднего общего образования в со- ответствии с нормативными документами, возраст-ными особенностями обучающихся, целями и задачами образовательного процесса  |
| ПКО-1.1: | Владеет средствами ИКТ для использования цифровых сервисов и разработки электронных образовательных ресурсов   |
| ПКО-1.2: | Осуществляет планирование, организацию, контроль и корректировку образовательного процесса с использованием цифровой образовательной среды образовательной организации и открытого информационно-образовательного пространства   |
| ПКО-1.3: | Использует ресурсы международных и национальных платформ открытого образования в про- фессиональной деятельности учителя основного об-щего и среднего общего образования   |
| ОПК-6.1: | Осуществляет отбор и применяет психолого- педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся  |
| ОПК-6.2: | Применяет технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с обучающимися  |
| ОПК-6.3: | Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития  |
| ОПК-5.1: | Разрабатывает программу диагностики и мониторинга сформированности результатов образования обучающихся   |
| ОПК-5.2: | Обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся  |
| ОПК-5.3: | Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса   |
| ОПК-3.1: | Определяет диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов |
| ОПК-3.2: | Использует педагогически обоснованный ин-струментарий организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся  |
| ОПК-3.3: | Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей  |
| ОПК-2.1: | Знает и понимает структуру и логику разработки основных и дополнительных образовательных программ в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования   |
| ОПК-2.2: | Готов участвовать в разработке основной образовательной программы и отдельных её компонентов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)  |
| ОПК-2.3: | Владеет способами разработки дополнительных образовательных программ и их элементов (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)   |
| ОПК-1.1: | Знает и понимает сущность нормативных и правовых актов в сфере образования, норм профессиональной этики  |

**ОПК-1.2:Применяет в своей деятельности нормативные правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности**

**ОПК-1.3:Использует нормативные и правовые акты для обеспечения безопасности образовательного процесса и при проведении досуговых мероприятий**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

**Знать:**

- нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки;
- основные понятия, относящиеся к спорту, классификацию видов спорта;
- основы построения процесса спортивной подготовки;
- планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле;
- планирование спортивной подготовки в многолетних циклах;
- цикличность тренировочного процесса;
- типовые тренировочные мезоциклы, микроциклы, макроциклы;
- виды планирования спортивной подготовки;
- требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки;
- систему контроля и зачетные требования, информационное обеспечение программ спортивной подготовки, план физкультурных и спортивных мероприятий входящих в программу спортивной подготовки обучающихся;
- комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена;
- нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта;
- требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки;
- требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки;
- систему спортивного отбора - целевой поиск и определение перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов;
- особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным ее видам;
- этапы спортивной подготовки, и для каждого этапа спортивной подготовки: документы планирования, требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки, виды спортивной подготовки, учет и контроль за спортивной подготовкой спортсмена (команды), нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся, соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки.

**Уметь:**

- использовать нормативно-правовые документы, позволяющие вести спортивную подготовку в образовательных учреждениях;
- организовать учебно-тренировочный процесс, направленный на повышение уровня спортивной подготовки обучающихся;
- планировать тренировочно-соревновательный процесс в годичном цикле, в многолетних циклах;
- разрабатывать типовые тренировочные мезоциклы, микроциклы, макроциклы и применять их в практической деятельности;
- использовать в педагогической деятельности различные виды планирования и применять их для повышения уровня спортивной подготовки обучающихся;
- разработать теоретический и практический разделы рабочей программы спортивной подготовки и применить ее в соответствии с этапом спортивной подготовки; информационно обеспечить программу, разработать план физкультурных и спортивных мероприятий, который будет соответствовать этапу спортивной подготовки обучающихся;
- применять контрольные нормативы, позволяющие следить за уровнем физической подготовки и иными спортивными показателями с учетом: возраста, пола лиц, видом спортивной деятельности, особенностями вида спорта и занимающихся;
- вести спортивный отбор - целевой поиск, для определения перспективных спортсменов, способных достичь высоких спортивных результатов;
- методически верно представить материал, самостоятельно подобранный и организовать тренировочное занятие или часть тренировочного занятия, направленного на повышение уровня отдельного вида спортивной подготовки у обучающегося;
- осуществлять учебно-тренировочный процесс на начальном и тренировочном этапах спортивной подготовки, и для каждого из этих этапов уметь подготовить: документы планирования; документы учета и отчетности; вести контроль за спортивной подготовкой спортсмена (команды), принять контрольные нормативы по физической подготовке и иные спортивные нормативы у обучающихся.

**Владеть:**

- оперативного планирования при разработке плана-конспекта учебно-тренировочного занятия;
- организации учебно-тренировочного занятия, направленного на повышение уровня спортивной подготовки обучающихся;
- планирования тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле;
- применения типовых тренировочных мезоциклов, микроциклов при разработке рабочего плана спортивной подготовки для обучающихся;
- разработки теоретической и практической части рабочей программы спортивной подготовки в соответствии с этапом спортивной подготовки;
- приема контрольных нормативов, позволяющих следить за уровнем физической подготовленности и иными спортивными показателями с учетом: возраста, пола лиц, видом спортивной деятельности, особенностями вида спорта и занимающихся.

**3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

| <b>Код занятия</b> | <b>Наименование разделов и тем /вид занятия/</b>  | <b>Семестр / Курс</b> | <b>Часов</b> | <b>Компетенции</b>                                  | <b>Литература</b>  |
|--------------------|---|-----------------------|--------------|---|--|
|                    | <b>Раздел 1. Нормативно-правовые основы организации спортивной подготовки</b>   |                       |              |   |  |
| 1.1                | ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и др. Федеральный стандарт спортивной подготовки /Лек/       | 5                     | 2            | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2                                  | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.4<br>Л2.5 Л2.6 |
| 1.2                | Нормативно-правовые акты Министерства спорта Российской Федерации, Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта /Ср/                                 | 5                     | 2            | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2                                  | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5              |
|                    | <b>Раздел 2. Основы построения процесса спортивной подготовки</b>   |                       |              |   |  |
| 2.1                | Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта /Лек/  | 5                     | 2            | ПКО-3.3   | Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5                                |
| 2.2                | Построение тренировочных занятий в больших циклах (макроциклах) /Лек/   | 5                     | 2            | ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.3                | Периоды спортивной подготовки (подготовительный, соревновательный, переходный периоды) /Пр/   | 5                     | 2            | ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5 | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.4                | Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле /Ср/  | 5                     | 4            | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.5                | Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах /Ср/  | 5                     | 4            | ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.6                | Построение тренировочных занятий в средних циклах (мезоциклах).<br>Построение тренировочных занятий в малых циклах (микроциклах) /Пр/                               | 5                     | 2            | ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.7                | Типовые тренировочные мезоциклы: втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный /Пр/                  | 5                     | 2            | ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 2.8                | Типовые тренировочные микроциклы: втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, подводящий, соревновательный, восстановительный. Оперативное планирование /Пр/ | 5                     | 2            | ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                       | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |

|      |  |   |   |   |   |
|------|--|---|---|---|---|
| 2.9  | Ударные, модельные и подводящие микроциклы /Ср/  | 5 | 2 | ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3   | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5           |
| 2.10 | Оперативное планирование /Ср/  | 5 | 4 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3   | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5           |
| 2.11 | Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки /Лек/        | 5 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.12 | Планирование учебного материала /Ср/   | 5 | 4 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.13 | Пояснительная записка, нормативная и методическая части программ спортивной подготовки /Пр/  | 5 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.14 | Система контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения, план физкультурных и спортивных мероприятий входящих в программы спортивной подготовки обучающихся /Пр/                | 5 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3   | Л1.1 Л2.4<br>Л1.5Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5           |
| 2.15 | Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Ср/   | 5 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.16 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта /Лек/  | 5 | 2 | ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3 | Л1.1 Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5      |
| 2.17 | Нормативы по общей физической и специальной физической подготовки, техническое мастерство для зачисления в учебные группы на различных этапах спортивной подготовки /Пр/                             | 5 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.18 | Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки /Ср/ | 5 | 2 | ОПК-1.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.1                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.19 | Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки /Лек/   | 5 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |
| 2.20 | Система спортивного отбора - целевой поиск и определение перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов /Пр/  | 5 | 2 | ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |   |   |  |
|------|---|---|---|---|--|
| 2.21 | Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным ее видам (на примере одного из видов спорта) /Лек/   | 5 | 2 | ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 2.22 | Физическая подготовка и ее виды /Ср/  | 5 | 4 | ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 2.23 | Технико-тактическая подготовка /Ср/   | 5 | 4 | ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5      |
| 2.24 | Теоретическая, психологическая подготовка, Медико-восстановительные мероприятия /Ср/  | 5 | 4 | ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5              |
| 2.25 | Тренерская и судейская практика /Ср/  | 5 | 4 | ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-1.3  | Л1.1 Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                   |
| 2.26 | Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям /Лек/ | 5 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
|      | <b>Раздел 3. Зачет</b>  |   |   |   |  |
| 3.1  | Зачет /Зачёт/   | 5 | 0 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.5 Л2.6Л2.1<br>Л2.2 Л2.3 Л2.5              |
|      | <b>Раздел 4. Этапы спортивной подготовки</b>  |   |   |   |  |
| 4.1  | Этап начальной спортивной подготовки /Лек/  | 6 | 2 | ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |  |   |   |   |  |
|------|--|---|---|---|--|
| 4.2  | Документы планирования на этапе начальной спортивной подготовки /Лек/  | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.3  | Документы планирования спортивной подготовки: перспективные, текущие, оперативные /Ср/                                   | 6 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.4  | Требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки на этапе начальной спортивной подготовки /Пр/ | 6 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.5  | Виды спортивной подготовки на этапе начальной подготовки /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.6  | Физическая подготовка и ее разновидности /Ср/  | 6 | 2 | ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.2   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.7  | Технико-тактическая подготовка, ее цели и задачи на этапе начальной подготовки /Ср/                                      | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.8  | Теоретическая подготовка на этапе начальной подготовки /Ср/  | 6 | 2 | ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.3            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.9  | Применение игрового и соревновательного метода на этапе начальной подготовки /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ОПК-3.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.10 | Учет и контроль на этапе начальной спортивной подготовки /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.2<br>ОПК-3.1  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |   |   |  |
|------|---|---|---|---|--|
| 4.11 | Учет в процессе спортивной тренировки /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.2<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.3  | Л2.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5                        |
| 4.12 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся на этапе начальной спортивной подготовки /Ср/               | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-5.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.13 | Тренировочный этап (этап ранней спортивной специализации) /Лек/   | 6 | 2 | ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.14 | Документы планирования на этапе ранней спортивной специализации /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.15 | Требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки на этапе ранней спортивной специализации /Лек/               | 6 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.4            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.16 | Разновидности программ спортивной подготовки /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.1 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.17 | Рабочая (учебная) программа спортивной подготовки. План- график годового цикла спортивной подготовки. Рабочий (тематический) план. /Ср/ | 6 | 4 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.1   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |   |  |  |
|------|---|---|---|--|--|
| 4.18 | Виды спортивной подготовки на этапе ранней спортивной специализации /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.4<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.19 | Психологическая подготовка. Медико-восстановительные мероприятия /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-1.3<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.20 | Игровая (интегральная) подготовка /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-6.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.21 | Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-5.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.22 | Учет и контроль на этапе ранней спортивной специализации /Пр/   | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.23 | Основное содержание комплексного контроля и его разновидности /Ср/  | 6 | 4 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.24 | Дневник тренировки спортсмена /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.1            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.25 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся на этапе ранней спортивной специализации /Пр/ | 6 | 2 | ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |   |  |  |
|------|---|---|---|--|--|
| 4.26 | Тренировочный этап (этап углубленной спортивной специализации) /Лек/  | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.27 | Документы планирования на этапе углубленной спортивной специализации /Пр/   | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ОПК-3.1 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.28 | Структура учебно-тренировочного занятия на этапе углубленной спортивной специализации /Ср/                                    | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.4<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.29 | Требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки на этапе углубленной спортивной специализации /Пр/ | 6 | 2 | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.30 | Виды спортивной подготовки на этапе углубленной спортивной специализации /Лек/  | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.31 | Учет и контроль на этапе углубленной спортивной специализации /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.32 | Методики проведения учета и контроля на этапе углубленной спортивной специализации /Ср/                                       | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.33 | Индивидуальный план тренировки на учебный год /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-2.1<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |   |   |  |
|------|---|---|---|---|--|
| 4.34 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся на этапе углубленной спортивной специализации /Пр/    | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.35 | Этап совершенствования спортивного мастерства /Лек/   | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.2 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.36 | Документы планирования на этапе совершенствования спортивного мастерства /Пр/   | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.1                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.37 | Требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства /Пр/ | 6 | 2 | ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.38 | Виды спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства /Пр/   | 6 | 2 | ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.39 | Учет и контроль на этапе совершенствования спортивного мастерства /Лек/   | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.40 | Контроль за факторами внешней среды. /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-6.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.41 | Контроль за соревновательными воздействиями /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |  |   |   |  |  |
|------|--|---|---|--|--|
| 4.42 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства /Пр/ | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.43 | Этап высшего спортивного мастерства /Пр/   | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.44 | Документы планирования на этапе высшего спортивного мастерства /Пр/  | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.45 | Требования к результатам реализации рабочих программ спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства /Ср/            | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.46 | Виды спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства /Ср/  | 6 | 2 | ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.1  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.47 | Учет и контроль на этапе высшего спортивного мастерства /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-5.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.48 | Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы для обучающихся на этапе высшего спортивного мастерства /Ср/           | 6 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.49 | Организация тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки /Ср/   | 6 | 2 | ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.4                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |  |   |    |   |  |
|------|--|---|----|---|--|
| 4.50 | Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки /Ср/  | 6 | 2  | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.51 | Оборудование, спортивный инвентарь, экипировка - необходимые для прохождения спортивной подготовки /Ср/  | 6 | 2  | ОПК-1.3<br>ОПК-5.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 4.52 | Повторение пройденного учебного материала. Подготовка к экзамену /Ср/  | 6 | 2  | ОПК-1.1<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.2<br>ОПК-3.3   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
|      | <b>Раздел 5. Экзамен</b>   |   |    |   |  |
| 5.1  | Экзамен /Экзамен/  | 6 | 36 | ОПК-1.2<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
|      | <b>Раздел 6. Разработка документов планирования и проведение тренировочного процесса на их основе. Соревновательный период и восстановительные мероприятия</b> |   |    |   |  |
| 6.1  | Варианты построения процесса спортивной подготовки в многолетних и годичном циклах /Лек/   | 7 | 2  | ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.2  | Одноцикловое, двухцикловое, трехцикловое планирование учебно-тренировочного процесса. Сдвоенный, строенный циклы спортивной подготовки /Пр/                    | 7 | 4  | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|     |  |   |    |  |  |
|-----|--|---|----|--|--|
| 6.3 | Построение тренировочного процесса в больших циклах (макроциклах). Основы планирования учебного материала при подготовке спортсменов в многолетних и годичном цикле. Подготовительный, соревновательный, переходный периоды спортивной подготовки /Ср/   | 7 | 6  | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.4 | Технология планирования в спорте. Общие положения технологии планирования в спорте /Лек/   | 7 | 2  | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.5 | Документы перспективного планирования. Многолетний (перспективный) план подготовки спортсменов (командный и индивидуальный). Учебный план по спортивной специализации (вид спорта по выбору) /Пр/  | 7 | 4  | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.6 | Основное содержание (разделы) перспективного плана подготовки спортсмена (команды). Разделы перспективного плана подготовки спортсмена (команды). Разработка перспективного плана подготовки спортсмена (команды). Групповой перспективный план спортивной тренировки с учетом этапа спортивной подготовки (возраста, пола, уровня спортивных достижений) /Ср/ | 7 | 10 | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.7 | Документы текущего планирования. План-график годичного цикла спортивной подготовки. План подготовки команды на год и годичный план (индивидуальный) спортивной подготовки на каждого спортсмена /Лек/  | 7 | 2  | ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1            | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.8 | Групповой годичный план спортивной подготовки. Разработка годичного плана спортивной подготовки команды, на каждого спортсмен индивидуально. Примерное распределение тренировочных нагрузок по объему интенсивности (условные обозначения объема: большой, средний, малый; условные обозначения интенсивности: большая, средняя, низкая) /Пр/                  | 7 | 4  | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5      |
| 6.9 | Подготовка и разработка группового годичного плана для командного вида спорта (вид спорта по выбору студента). Подготовка и разработка индивидуального годичного плана (вид спорта по выбору студента). Педагогический и врачебный контроль. Места тренировочных занятий, оборудование и инвентарь /Ср/  | 7 | 6  | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |   |   |    |  |  |
|------|---|---|----|--|--|
| 6.10 | Учебная программа и ее виды. Содержание и разделы учебной программы спортивной подготовки. Пояснительная записка, изложение программного материала, контрольные нормативы и учебные требования, рекомендуемая литература для разработки программы /Лек/   | 7 | 2  | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.11 | Примерная (типовая) программа спортивной подготовки. Учебно-методические пособия и методические рекомендации известных российских и зарубежных тренеров, их значимость при разработке рабочих программ. Адаптированные и модифицированные программы спортивной подготовки /Пр/                        | 7 | 4  | ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.12 | Структура рабочей программы спортивной подготовки. Примерная схема учебно-тематического плана рабочей программы спортивной подготовки. Планирование воспитательной работы на различных этапах спортивной подготовки. Специфика воспитательной работы в спортивной школе, воспитательные средства /Ср/ | 7 | 10 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.1                       | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.13 | Оперативное планирование. Рабочий план спортивной подготовки на один месяц (мезоцикл) с учетом периодизации /Лек/   | 7 | 2  | ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ОПК-3.2   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.14 | Групповой месячный план спортивной подготовки.<br>Индивидуальный месячный план спортивной подготовки.<br>Индивидуальный недельный план спортивной подготовки /Пр/   | 7 | 4  | ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.2  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.15 | Разработка группового рабочего плана на один месяц (с учетом этапа спортивной подготовки и периода спортивной подготовки). Работа с научно-методической литературой при разработке рабочего плана /Ср/  | 7 | 6  | ОПК-6.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.16 | План-конспект тренировочного занятия. Комбинированные учебно-тренировочные занятия. Содержание учебного материала, дозировка, организационно-методические указания /Лек/  | 7 | 2  | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.5                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

|      |  |   |   |  |  |
|------|--|---|---|--|--|
| 6.17 | Структура тренировочного занятия. Продолжительность тренировочного занятия. Задачи и типовые средства каждой части тренировочного занятия /Пр/   | 7 | 4 | ОПК-6.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-3.1<br>ОПК-3.3  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.18 | Средства, методы, формы организации и проведения спортивной тренировки. Специфичность разминки для каждого вида спорта /Ср/  | 7 | 8 | ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.5                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.19 | Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Учет в процессе спортивной тренировки /Лек/  | 7 | 2 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ПКО-1.2<br>ОПК-3.1   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.20 | Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Контроль за факторами внешней среды. Дневник тренировки спортсмена /Пр/  | 7 | 4 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.5   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.21 | Восстановительные мероприятия. Профилактика травматизма. Восстановительные средства: педагогические, психологические, гигиенические, медико-биологические. Техника безопасности на тренировочных занятиях /Ср/ | 7 | 8 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.4<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.4<br>ОПК-3.3                                  | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.22 | Комплексы контрольно-переводных нормативов для перевода спортсменов на следующий год обучения. Методика проверки уровня теоретической подготовленности обучающихся /Лек/                                       | 7 | 2 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ПКО-1.2<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.3<br>ОПК-3.1   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.23 | Методы проведения контрольных нормативов на разных этапах спортивной подготовки /Пр/   | 7 | 4 | ОПК-5.1<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4   | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |
| 6.24 | Повторение пройденного учебного материала. Подготовка к экзамену /Ср/  | 7 | 6 | ОПК-1.1<br>ОПК-2.1<br>ОПК-5.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-2.2<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

| <b>Раздел 7. Экзамен</b> |                   |   |    |  |  |
|--------------------------|-------------------|---|----|--|--|
| 7.1                      | Экзамен /Экзамен/ | 7 | 36 | ОПК-1.1<br>ОПК-1.2<br>ОПК-1.3<br>ОПК-2.1<br>ОПК-2.2<br>ОПК-2.3<br>ОПК-5.1<br>ОПК-5.2<br>ОПК-5.3<br>ОПК-6.1<br>ОПК-6.2<br>ОПК-6.3<br>ПКО-1.1<br>ПКО-1.2<br>ПКО-1.3<br>ПКО-2.1<br>ПКО-2.2<br>ПКО-2.3<br>ПКО-2.4<br>ПКО-2.5<br>ПКО-3.1<br>ПКО-3.2<br>ПКО-3.3<br>ПКО-3.4<br>ПКО-3.5<br>ОПК-3.1<br>ОПК-3.2<br>ОПК-3.3 | Л1.1 Л1.2 Л2.4<br>Л1.3 Л1.4 Л1.5<br>Л2.6Л2.1 Л2.2<br>Л2.3 Л2.5 |

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Основная литература

|      | Авторы, составители | Заглавие   | Издательство, год                    | Колич-во  |
|------|---------------------|--|--------------------------------------|---|
| Л1.1 |                     | Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол  | Москва: Издательство «Спорт», 2016   | <a href="http://www.iprbookshop.ru/65585.html">http://www.iprbookshop.ru/65585.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.2 |                     | Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол   | Москва: Издательство «Спорт», 2016   | <a href="http://www.iprbookshop.ru/65586.html">http://www.iprbookshop.ru/65586.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.3 |                     | Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика: приказ министерства спорта российской федерации от 24 апреля 2013 г. №220 | Саратов: Вузовское образование, 2019 | <a href="http://www.iprbookshop.ru/87568.html">http://www.iprbookshop.ru/87568.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.4 |                     | Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол: приказ министерства спорта российской федерации от 19 января 2018 г. №34           | Саратов: Вузовское образование, 2019 | <a href="http://www.iprbookshop.ru/87583.html">http://www.iprbookshop.ru/87583.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

|      | Авторы, составители | Заглавие  | Издательство, год   | Колич-во  |
|------|---------------------|---|---|---|
| Л1.5 | Махов, С. Ю.        | Основы спортивной подготовки: учебно-методическое пособие | Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020 | <a href="http://www.iprbookshop.ru/95410.html">http://www.iprbookshop.ru/95410.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

### 5.2. Дополнительная литература

|      | Авторы, составители               | Заглавие  | Издательство, год   | Колич-во  |
|------|-----------------------------------|---|---|---|
| Л2.1 | Григорьева И. И., Черноног Д. Н.  | Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации: вопросы и ответы: практическое пособие  | Москва: Спорт, 2016   | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=460601">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=460601</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.2 | Архипова Л. А.                    | Теория и методика физической культуры. Особенности разработки рабочих программ по физической культуре: учебно-методическое пособие для студентов направления 49.03.01 «Физическая культура», профилей подготовки: «Спортивная тренировка», «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Физкультурное образование», очной и заочной форм обучения: учебно-методическое пособие | Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017                                 | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=571825">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=571825</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.3 | Мельникова Ю. А., Мельников К. В. | Технология планирования образовательного и тренировочного процесса по физической культуре и спорту в системе дополнительного образования: учебно-методическое пособие   | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020      | <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=607564">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=607564</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.4 | Гилленберг, Ю. Ю., Межман, И. Ф.  | Общие сведения о подходе к тренировкам, планирование тренировочного процесса: учебное пособие   | Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2015 | <a href="http://www.iprbookshop.ru/71862.html">http://www.iprbookshop.ru/71862.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей                                     |
| Л2.5 | Верхошанский, Ю. В.               | Программирование и организация тренировочного процесса  | Москва: Издательство «Спорт», 2019  | <a href="http://www.iprbookshop.ru/88521.html">http://www.iprbookshop.ru/88521.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей                                     |
| Л2.6 | Махов, С. Ю.                      | Спортивная тренировка: учебно-методическое пособие  | Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020               | <a href="http://www.iprbookshop.ru/95429.html">http://www.iprbookshop.ru/95429.html</a><br>неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей                                     |

### 5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Консультант +

### 5.4. Перечень программного обеспечения

Microsoft Office

### 5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Спортивный зал (24х12) оснащенный спортивным инвентарем и специальным оборудованием необходимым для проведения учебных практических занятий

**7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.