

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор
по довузовскому и дополнительному
профессиональному образованию


С.Ю. Кустов
« 27 » июня 2025 г.
М.П.

(на основании решения ученого совета КубГУ
от «27» июня 2025 г., протокол № 14)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА -

ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

**«МЕТОДИКА И ТЕХНОЛОГИЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ
ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ФОРМИРОВАНИЯ
НАВЫКОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Объем программы: 72 часов

Форма обучения: очно-заочная

Организация обучения: 3-4 недели, непрерывно

г. Краснодар

2025 г.

Разработчики программы повышения квалификации «Методика и технология осуществления тренировочного процесса и формирования навыков соревновательной деятельности»

Муляр Е.Н., преподаватель филиала ФГБОУ ВО «КубГУ» в г. Славянске-на-Кубани



Программа обсуждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры и рекомендована к реализации в системе дополнительного профессионального образования КубГУ (выписка из протокола от «17» 06 2025 г. № 11 прилагается).

Зав. кафедрой



Лукьяненко М.А.

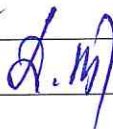
Согласовано:

И.о. руководителя Центра ДПО



Руденко Н.Д.

Руководитель ИППК



Ткач Д.С.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Минтруда России от 12.04.2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- Методические рекомендации-разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (письмо Минобрнауки России от 22.04. 2015 г. № ВК-1032/06);
- Методические рекомендации по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме (письмо Минобрнауки России от 21.04.2015 г. № ВК-1013/06);
- Методические рекомендации по итоговой аттестации слушателей (письмо Минобрнауки России от 30.03.2015 г. № АК-820/06).
- Нормативные документы по организации учебного процесса в КубГУ (<https://www.kubsu.ru/ru/node/24>):
 - Положение о разработке и утверждении дополнительных профессиональных программ в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержденного приказом ректора от 07.09. 2016 г. № 1242, с измен. и дополнениями от 18.04. 2019г., № 606;
 - Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержденное решением ученого совета (протокол от 28.09.2016 года № 2, с изменениями и дополнениями от 05.04.2019 г., № 477);
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержден приказом 02 октября 2018 года № 1777;
 - Положение о порядке применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных профессиональных программ в ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», утвержденным приказом от 08 июля 2021 г. № 1181 на основании решения ученого совета от 25.06.2021 г. (протокол №12).
 - Положение о внутренней оценке качества дополнительных профессиональных программ и их результатов, утвержденное приказом ректора от 18.04.2019 г., № 595;
 - Положение об организации итоговой аттестации по дополнительным профессиональным программам, утвержденное решением ученого совета КубГУ (протокол от 27.01.2017 г. № 6);
 - Локальные нормативные акты КубГУ, регулирующие реализацию образовательной деятельности в сфере дополнительного профессионального образования.

Программа разработана на основе:

- Профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 года, регистрационный № 362н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 мая 2023 года, регистрационный № 73442).

1.2. Область применения программы

Настоящая программа предназначена для специалистов в сфере физической культуры и спорта, соответствует должности тренер согласно профессиональному стандарту и направлена на совершенствование и получение новых компетенций, необходимых им для

профессиональной деятельности в рамках предусмотренных профессиональным стандартом видом трудовой деятельности и трудовых функций:

- осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки;
- осуществление тренировочного процесса, руководство состязательной деятельностью спортсменов на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).

1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование, а также получающие среднее специальное или высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует программе (специалист в области физической культуры и спорта, педагог физической культуры, педагог дополнительного образования, тренер).

Программа ориентирована на следующий широкий круг специалистов физической культуры:

- преподавателей высших и средних специальных учебных заведений;
- тренеров;
- педагогов дополнительного образования;
- учителей физической культуры общеобразовательных школ (1 -11 кл.).

1.4. Цель, планируемые результаты обучения

1.4.1. В процессе обучения осуществляется качественное изменение в рамках имеющейся квалификации профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в рамках предусмотренных профессиональным стандартом видом трудовой деятельности и трудовых функций: осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки; осуществление тренировочного процесса, руководство состязательной деятельностью спортсменов на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).

1.4.2. Цель обучения: совершенствование у слушателей компетенций, необходимых для выполнения вида профессиональной деятельности, связанной с осуществлением тренировочного процесса и формирования навыков соревновательной деятельности.

1.4.3. Программа направлена на совершенствование и(или) получение следующих профессиональных компетенций:

ПК 1 - Способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.

1.4.4. Слушатель в результате освоения программы должен:

иметь практический опыт:

- нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта с учетом особенностей технологии и методики тренировки;
- организации и проведения занятий с учетом особенностей технологии и методики тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта;

уметь:

- использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы, методики и технологии обучения и развития с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей, занимающихся с целью повышения уровня физической и спортивной подготовленности;
- организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с методикой тренировки в детско-юношеском спорте;

знать:

- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта;
- формы, методы и методику организации тренировочного процесса в детско-юношеском спорте;
- организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта.

1.5. Язык образования: образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации – русском.

1.6. Режим занятий: не более 10-12 часов в неделю

1.7. Документ, выдаваемый по результатам освоения программы – документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

1.8. Программа разработана на основе **модульно-компетентного подхода** и состоит из 3 профессиональных модулей.

Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта».

Модуль 2 «Психофизиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности».

Модуль 3 «Теория, методика и технологии спортивной тренировки».

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование модулей и дисциплин	Всего часов учеб- ной нагрузки	Контактные часы	в том числе			Самостоятельная работа	Форма промежу- точного и итогового контроля
				Лекции	Практические занятия	Итоговая атте- стация		
1.	Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»	22	12	6	6		10	тестирова- ние
1.1	Теория и методика физической культуры и спорта	10	4	2	2		6	
1.2	Нормативно-правовое обеспечение детско-юношеского спорта	6	4	2	2		2	
1.3	Современные методические подходы и технологии физической культуры и спорта	6	4	2	2		2	
2.	Модуль 2 «Психофизиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности»	20	12	6	6		8	решение практиче- ских ситу- аций
2.1	Физиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности	6	4	2	2		2	
2.2	Психологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности	6	4	2	2		2	
2.3.	Диагностика физкультурно-спортивной деятельности в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов	8	4	2	2		4	
3.	Модуль 3 «Теория, методика и технологии спортивной тренировки»	28	18	10	8		10	тестирова- ние
3.1	Биомеханические основы физкультурно-спортивной деятельности	4	2	2			2	
3.2	Теоретические основы спорта	6	4	2	2		2	
3.3	Методические основы спорта	6	4	2	2		2	
3.4	Управление процессом спортивной тренировки	6	4	2	2		2	
3.5	Методики и технологии тренировочного процесса и соревновательной деятельности базовых видов спорта	6	4	2	2		2	
4.	Итоговая аттестация	2	2			2		экзамен
Всего часов по программе		72	44	24	20	2	28	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Компоненты программы	Аудиторные занятия				Внеаудиторная (самостоятельная) работа			
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Модуль 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»	12				10			
1.1. Теория и методика физической культуры и спорта	4				6			
1.2. Нормативно-правовое обеспечение детско-юношеского спорта	4				2			
1.3. Современные методические подходы и технологии физической культуры и спорта	4				2			
Модуль 2 «Психофизиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности»		12				8		
2.1. Физиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности		4				2		
2.2. Психологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности		4				2		
2.3. Диагностика физкультурно-спортивной деятельности в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов		4				4		
Модуль 3 «Теория, методика и технологии спортивной тренировки»			10	8			6	4
3.1. Биомеханические основы физкультурно-спортивной деятельности			2				2	
3.2. Теоретические основы спорта			4				2	
3.3. Методические основы спорта			4				2	
3.4. Управление процессом спортивной тренировки				4				2
3.5. Методики и технологии тренировочного процесса и соревновательной деятельности базовых видов спорта				4				2
Итоговая аттестация				2				
<i>Итого аудиторной нагрузки в неделю</i>	12	12	10	10				
<i>Итого самостоятельной работы в неделю</i>					10	8	6	4
Всего часов	44				28			

4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ (ПРЕДМЕТОВ, ДИСЦИПЛИН)

4.1 В рамках модуля 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»

4.1.1 Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта»

Основы физического воспитания и спорта. Физические упражнения как ведущее средство физкультурного образования: характеристика его сущности, содержания и форм. Классификация физических упражнений по различным критериям. Общая характеристика методов физкультурного образования. Методы регулирования физической нагрузки. Метод физического упражнения: сущность и разновидности метода физического упражнения при обучении движениям.

4.1.2 Дисциплина «Нормативно-правовое обеспечение детско-юношеского спорта»

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Основные положения статей 30, 28, 8 (ч.1). Нормативные акты организации детско-юношеского спорта. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования».

4.1.3 Дисциплина «Современные методические подходы и технологии физической культуры и спорта»

Инновации в физическом воспитании. Понятие Инновация. Направления инновационной деятельности. Сущность педагогических инноваций. Современные технологии физического воспитания. Концептуальные подходы к физическому воспитанию. Технология уровневой дифференциации. Технология продуктивного взаимодействия. Информационно-коммуникативные технологии в физическом воспитании.

4.2 В рамках модуля 2 «Психофизиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности»

4.2.1 Дисциплина «Физиологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности»

Общая спортивная физиология. Спортивная физиология, её содержание и задачи. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Физиология адаптации и восстановления. Факторы утомления и состояния функций организма. Переутомление, хроническое утомление и переутомление. Физиологические механизмы восстановительных процессов.

4.2.2 Дисциплина

Психотехника, психические состояния и их регуляция в спорте. Предстартовые состояния. Компоненты оптимального боевого состояния. Техника выполнения релаксационных упражнений. Техника выполнения концентрационных упражнений. Техника выполнения дыхательных упражнений. Психодиагностика состояний и свойств личности.

4.2.3 Дисциплина «Психологические основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности»

4.3 В рамках модуля 3 «Теория, методика и технологии спортивной тренировки»

4.3.1 Дисциплина «Биомеханические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Кинематика. Материальная точка. Траектория. Временные характеристики движения. Ускорение. Связь вращательных движений и колебательных. Биомеханика локомоций. Виды локомоций. Развитие двигательной активности и координации движений. Функциональная система по П.К. Анохину. Последовательность овладения основными движениями у детей (по Сейдж).

4.3.2 Дисциплина «Теоретические основы спорта»

Общая характеристика спорта. Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Социальные функции спорта. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Основы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки. Спортивные достижения и тенденции их развития.

4.3.3 Дисциплина «Методические основы спорта»

Основы построения процесса спортивной подготовки. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Построение.

4.3.4 Дисциплина «Управление процессом спортивной тренировки»

Особенности управления спортивной подготовкой. Понятие управление. Спортивная форма спортсмена. Направления контроля. Отбор в процессе подготовки спортсмена, спортивная ориентация. Планирование тренировочно-соревновательного процесса. Общие положения технологии планирования в спорте. Планирование в годичном цикле.

4.3.5 Дисциплина «Методики и технологии тренировочного процесса и соревновательной деятельности базовых видов спорта»

Особенности построения тренировочного процесса в базовых видах спорта. Особенности методики, технологий и структуры тренировочных занятий в гимнастике, лёгкой атлетике, спортивных играх и плавании. Особенности организации и проведения соревнований в базовых видах спорта. Особенности соревновательной деятельности в гимнастике, лёгкой атлетике, спортивных играх и плавании.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Кадровое обеспечение образовательного процесса.

Реализация программы осуществляется научно-педагогическими работниками кафедры педагогики, психологии и физической культуры КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани, имеющими степень кандидата педагогических (биологических, психологических и педагогических) наук (3) и опыт работы в системе дополнительного профессионального образования не менее 5 лет.

К учебному процессу привлекаются специалисты-практики из образовательных организаций, в которых они осуществляют свою преподавательскую деятельность и получают опыт работы в сфере преподавания физической культуры.

5.2. Материально-техническое обеспечение.

Учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий, консультаций, промежуточной и итоговой аттестации, укомплектованы специализированной мебелью, оснащены демонстрационным оборудованием (презентационной техникой), соответствующим программным обеспечением, операционной системой и пакетом офисных программ, свободно распространяемых и лицензируемых.

Учебные аудитории оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета /<https://www.kubsu.ru/>, Национальной электронной библиотеке (НЭБ) [федеральная государственная информационная система Министерства культуры РФ]. – URL: <https://rusneb.ru/> / (полный доступ к объектам НЭБ – в локальной сети с компьютеров библиотеки филиала), а также к информационно-правовой системе Консультант-Плюс : справочная правовая система (доступ – в локальной сети с компьютеров библиотеки филиала).

5.3. Информационное и учебно-методическое обеспечение

Перечень используемых учебных изданий, дополнительной литературы, Интернет-ресурсов

Основные источники:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. – Москва : Юрайт, 2023. – 191 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/515146>. – ISBN 978-5-534-04714-1.
2. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. – Москва : Юрайт, 2023. – 300 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/518851>. ISBN 978-5-534-12402-6.
3. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. – Москва : Юрайт, 2023. 313 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/520092>. – ISBN 978-5-534-14409-3.
4. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. – Москва : Юрайт, 2023. – 142 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/512258>. – ISBN 978-5-534-09793-1.
5. Мелёхин, А. В. Правовое регулирование физической культуры и спорта : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. В. Мелёхин. – Москва : Юрайт, 2022. – 479 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс). – URL: <https://urait.ru/bcode/488328>. – ISBN 978-5-9916-3811-1.

6. Мякотных, В. В. Теория и методика оздоровительной тренировки : учебное пособие для бакалавров и слушателей ДПО по направлению подготовки «Физическая культура» / В. В. Мякотных ; Сочинский государственный университет. – Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. – 84 с. : схем., ил., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618225>.

7. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 246 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/514806>. ISBN 978-5-534-08021-6.

8. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / под редакцией А. Е. Ловягиной. – Москва : Юрайт, 2023. – 531 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/511502>. – ISBN 978-5-534-01035-0.

9. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 639 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/511426>. – ISBN 978-5-534-12794-2.

10. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для вузов / В. В. Сизоненко. – Москва : Юрайт, 2023. – 115 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/520227>. – ISBN 978-5-534-14684-4.

11. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 322 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/517434>. – ISBN 978-5-534-11314-3.

12. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. – Москва : Юрайт, 2023. – 308 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/519722>. – ISBN 978-5-534-14311-9.

13. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / под редакцией С. Е. Шивринской. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 189 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/514967>. – ISBN 978-5-534-07551-9.

14. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И. В. Ермаковича. – Москва : Юрайт, 2022. – 244 с. — (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/493684>. – ISBN 978-5-534-05600-6.

Дополнительные источники:

1. Аверьянов, И. В. Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта : игровые виды спорта : учебное пособие / И. В. Аверьянов, Ю. Н. Эртман, В. А. Блинов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 96 с. : табл., схем. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573563>. – ISBN 978-5-91930-129-5.

2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 176 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/530929>. – ISBN 978-5-534-16390-2.

3. Виноградов, Г. П. Атлетизм : теория и методика, технология спортивной тренировки

- : учебник / Г. П. Виноградов, И. Г. Виноградов. – Москва : Спорт, 2017. – 408 с. : ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454539>. – ISBN 978-5-906839-30-5.
4. Германов, Г. Н. Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. – Москва : Юрайт, 2023. – 258 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/515035>. – ISBN 978-5-534-05787-4.
5. Дисько, Е. Н. Основы теории и методики спортивной тренировки : учебное пособие / Е. Н. Дисько, Е. М. Якуш. – Минск : РИПО, 2018. – 252 с. : ил., схем., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497462>. – ISBN 978-985-503-802-4.
6. Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 184 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/515072>. – ISBN 978-5-534-08173-2.
7. Князев, Е. А. История отечественного образования и педагогики : учебное пособие для вузов / Е. А. Князев. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 236 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-02291-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/512266> (дата обращения: 04.05.2023).
8. Марков, К. К. Тренер – педагог и психолог : монография / К. К. Марков, О. О. Николаева. – Красноярск : СФУ, 2013. – 248 с. – URL: <https://znaniyum.com/catalog/product/492855>. – ISBN 978-5-7638-2842-9.
9. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. – Москва : Юрайт, 2023. – 205 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/515033>. – ISBN 978-5-534-05786-7.
10. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 232 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/514551>. – ISBN 978-5-534-07632-5.
11. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2018. – 246 с. – (Университеты России). – ISBN 978-5-534-07339-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/423973> (дата обращения: 04.05.2023).
12. Николаев, В. С. Двигательная активность и здоровье человека (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки) : учебное пособие / В. С. Николаев, А. А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 82 с. : ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577707>. – ISBN 978-5-4499-0148-4. – DOI 10.23681/577707.
13. Плавание : учебник для вузов / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2023. – 344 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/516455>. – ISBN 978-5-534-07939-5.
14. Подвижные игры : учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковырыгина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 159 с. : табл., ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573661>. – ISBN 978-5-91930-122-6.
15. Теория и Методика обучения предмету «Физическая культура»: водные виды спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / под редакцией

Н. Ж. Булгаковой. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2023. – 304 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/518048>. – ISBN 978-5-534-11455-3.

Учебный процесс обеспечен учебной и учебно-методической литературой, нормативной документацией, презентационными материалами, раздаточным материалом:

1. Полянский А.В. Теория и методика легкой атлетики: учеб.-метод. пособие для студентов 1-2 курсов бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения / авт.-сост. А.В. Полянский, С.Б. Полянская. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2022. – 78 с.

2. Полянская С.Б. Теория и методика подвижных игр: учеб.-метод. рекомендации для студентов 1 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения / авт.-сост. С.Б. Полянская. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2022. – 56 с.

3. Соколов А.С. Теория и методика гимнастики: сборник упражнений для студентов 3 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения. Ч. 1 / А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2022. – 80 с.

4. Соколов А.С. Теория и методика гимнастики: сборник упражнений для студентов 3 курса бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура) очной формы обучения. Ч. 2 / А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2022. – 83 с.

5. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 1 «Основы физкультурно-спортивной деятельности»: конспекты лекций для студентов 1-2 курсов бакалавриата, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2021. 39 с.

6. Соколов А.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Раздел 2 «Основы общей физической подготовки»: конспекты лекций для студентов 3-го курса бакалавриата очной формы обучения по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль подготовки - Физическая культура), 5-го курса бакалавриата заочной формы обучения по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки - Физическая культура, Биология) / сост. А.С. Соколов. - Славянск-на-Кубани: Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2020. – 127 с.

7. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Теории и методики физической культуры и спорта».

8. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Физиологические основы физического воспитания».

9. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Педагогические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности».

10. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Современные педагогические технологии физического образования».

11. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Основы биомеханики».

12. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Спортивная метрология и прогнозирование спортивных результатов».

13. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Теоретические основы спорта».

14. Презентации лекций и раздаточный материал по учебной дисциплине «Методические основы спорта».

Периодическая литература

3. Теория и практика физической культуры. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/71966>.

4. Физическая культура студентов. – URL: https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=79882.

5. Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – URL: https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=61045.

6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=51013.

Профессиональные базы данных

1. Национальная электронная библиотека (НЭБ) [включает Электронную библиотеку диссертаций РГБ] : [федеральная государственная информационная система Министерства культуры РФ]. – URL: <https://rusneb.ru/> (*полный доступ к объектам НЭБ – в локальной сети с компьютеров библиотеки филиала*).

2. Научная электронная библиотека (НЭБ) «eLIBRARY.RU» [русские научные журналы, труды конференций; Российская национальная база данных научного цитирования (РИНЦ)]. – URL: <http://www.elibrary.ru/>.

3. БД компании «ИВИС» [русские научные журналы по вопросам педагогики и образования, экономики и финансов, информационным технологиям, экономике и предпринимательству, общественным и гуманитарным наукам, индивидуальные издания (214 периодических изданий из различных областей знаний), Вестники МГУ, СПбГУ, статистические издания России и стран СНГ). – URL: <https://eivis.ru/basic/details>.

4. Электронная библиотека «Grebennikon.ru» [русские научные журналы по экономике, менеджменту]. – URL: www.grebennikon.ru/.

5. Архив научных журналов [ведущих зарубежных издательств: «Annual Reviews», «Cambridge University Press», «Oxford University Press», «SAGE Publications», «The Institute of Physics»; цифровой архив журналов: «Nature» (1869–2011 гг.), «Science» (1880–1996 гг.); цифровой архив издательств: «Taylor&Francis», «Royal Society of Chemistry», «Wiley» на платформе российского Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН)]. – URL: <http://archive.neicon.ru>.

6. Университетская информационная система РОССИЯ. – URL: <https://www.uisrussia.msu.ru/>.

5.4. Организация образовательного процесса.

Программа реализуется в очно-заочной форме в течение 4 недель. Режим занятий 10-12 часов в неделю. Для проведения лекционных и семинарских занятий необходима аудитория, оборудованная мультимедийными средствами. Практические занятия проводятся в универсальном спортивном зале. В организации процесса используются различные формы: лекционные, практические занятия, доклады с презентацией, анализ презентации совместно со слушателями, деловая игра, ассоциативный метод, метод ситуационного моделирования, работа в малых группах и др.

Изучение программы завершается итоговой аттестацией в форме экзамена.

5.5. Контроль и оценка результатов освоения дополнительной профессиональной программы

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата		
	Практический опыт	Умения	Знания
ПК 1. Способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	- нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта с учетом особенностей технологии и методики тренировки; - организации и проведения занятий с учетом особенностей технологии и методики тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта.	- использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы, методики и технологии обучения и развития с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся с целью повышения уровня физической и спортивной подготовленности; - организовывать учебную и учебно-тренировочную деятельность занимающихся в соответствии с методикой тренировки в детско-юношеском спорте.	- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта; - формы, методы и методику организации тренировочного процесса в детско-юношеском спорте; - организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Назначение оценочных материалов:

- для проведения итоговой аттестации по программе повышения квалификации «Методика и технология осуществления тренировочного процесса и формирования навыков соревновательной деятельности» в форме междисциплинарного экзамена.

I. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Предмет оценивания	Объект оценивания	Показатели оценки
ПК 1. Способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	Объектом оценки результатов освоения программы является продукт деятельности – междисциплинарный экзамен, на котором оценивается степень освоения теоретических компонентов программы, а также уровень овладения профессиональными умениями и навыками при выполнении практических заданий.	Уровень сформированности профессиональных компетенций, предусмотренных программой, который определяется по качеству ответов слушателя на квалификационном экзамене и отражается в следующих формулировках: высокий, хороший, достаточный, недостаточный.

Описание организации оценивания и правил определения результатов оценивания

Итоговая аттестация слушателей осуществляется в форме междисциплинарного экзамена.

Экзамен проводится аттестационной комиссией. В состав комиссии входит не менее 3 членов, имеющих ученую степень кандидата/доктора наук. Председателем аттестационной комиссии является представитель сторонней образовательной организации высшего образования, кандидатура которого утверждена решением ученого совета КубГУ.

Междисциплинарный экзамен проводится в устной форме.

Аттестационная комиссия оценивает:

- уровень освоения обучающимся теоретического компонента программы;
- качество ответа на практические вопросы;
- точность и аргументированность ответов на дополнительные вопросы.

Оценивание результатов междисциплинарного экзамена проводится с использованием аддитивного принципа и осуществляется по 10-бальной шкале. Общее количество баллов складывается:

- 5 баллов – за ответ на теоретический вопрос билета;
- 5 баллов – за ответ на практический вопрос билета.

ОТЛИЧНО – выставляется слушателю, показавшему высокий уровень освоения профессиональных компетенций, который свободно ориентируется в излагаемом материале, способен без ошибок ответить на дополнительные вопросы спонтанно, без подготовки; при высказывании на заданную тему не допускает грамматические ошибки, искажающих смысл;

ХОРОШО – выставляется слушателю, достаточный уровень освоения профессиональных компетенций, который свободно ориентируется в излагаемом материале, на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями; допуская ошибки, сам же их и исправляет; допускает минимальное количество грамматических ошибок;

УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – выставляется слушателю, показавшему недостаточный уровень освоения профессиональных компетенций, предусмотренных программой; на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями, допуская ошибки, искажающие смысл;

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – выставляется слушателю, показавшему недостаточный уровень освоения профессиональных компетенций, предусмотренных программой; не освоившему существенную часть программного материала, который допускает грубые фонетические и грамматические ошибки при чтении вслух и при высказывании на заданную тему, говорит и читает медленно; допускает ошибки при переводе прочитанного текста; не способен ответить на дополнительные вопросы без подготовки; говорит, используя лишь простые предложения и лексику, не соответствующую требованиям учебной программой по дисциплине.

Результаты междисциплинарного экзамена объявляются слушателям после оформления и подписания протокола заседания аттестационной комиссии.

II. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО ЭКЗАМЕНА

2.1. Вопросы для междисциплинарного экзамена:

1. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты (основные показатели, разновидности и методы регулирования).
2. Характеристика спортивного отбора (компоненты, этапы, критерии и методы).
3. Классификация методов применяемых в физическом воспитании.
4. Законодательные основы физического воспитания.
5. Характеристика периодизации процесса спортивной подготовки.
6. Спортивная тренировка: определение, принципы, средства и методы спортивной тренировки.
7. Сущность педагогических инноваций в физическом воспитании и спорте
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.

9. Геометрия тела человека, центр тяжести.
10. Психологическая характеристика предстартовых состояний.
11. Физиологическая характеристика предстартовых состояний.
12. Физиологическая характеристика адаптации организма к физической нагрузке.
13. Психологические состояния и психофизиологические механизмы их возникновения в спорте
14. Прогнозирование спортивного результата.
15. Методы диагностики специальной и общей физической подготовленности спортсменов на этапах годичного цикла.
16. Основы построения процесса спортивной подготовки

2.2. Практическое задание для выполнения во время экзамена

1. Разработать комплекс упражнений для развития силовых способностей для начального этапа подготовки.
2. Разработать основную часть занятия по разделу спортивные игры
3. Разработать комплекс упражнений для развития гибкости для группы учебно-тренировочной специализации.
4. Разработать комплекс упражнений для развития собственно скоростных способностей для начального этапа подготовки.
5. Разработать эстафеты с гимнастическим обручем (3) и гимнастической скакалкой (3).
6. Разработать комплекс упражнений для развития скоростно-силовых способностей для учащихся основной школы.
7. Разработать подготовительную часть занятия по разделу легкая атлетика для учащихся младших классов.
8. Разработать динамику нагрузки в предсоревновательном микроцикле на этапе учебно-тренировочной подготовки.
9. Разработать динамику нагрузки в подготовительном микроцикле на этапе начальной подготовки.
10. Разработать эстафеты с баскетбольными мячами (5-6).
11. Разработать встречные эстафеты (5-6).
12. Разработать динамику микроциклов в базовом мезоцикле на этапе учебно-тренировочной подготовки.
13. Разработать комплекс упражнений для круговой тренировки развития скоростно-силовых способностей.
14. Разработать комплекс упражнений для развития координации для учащихся основной школы.
15. Разработать комплекс упражнений для круговой тренировки развития силовых способностей.
16. Разработать основную часть занятия для развития общей выносливости на этапе углубленной специализации.

Условия выполнения задания:

1. Место выполнения задания: в аудитории.
2. Максимальное время выполнения задания: 30 мин./час.
3. Необходимое оборудование (инвентарь), расходные материалы и прочее: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. / Лях В.И., Зданевич А.А. – М.: Просвещение, 2014.

Образцы формирования комплекта оценочных средств для междисциплинарного экзамена:

Билет № 1

1. Спортивная тренировка: определение, принципы, средства и методы спортивной тренировки.
2. Разработать комплекс упражнений для развития силовых способностей для начального этапа подготовки.

Билет № 2

1. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты (основные показатели, разновидности и методы регулирования). Разработать комплекс упражнений для развития силовых способностей для начального этапа подготовки.
2. Разработать динамику нагрузки в предсоревновательном микроцикле на этапе учебно-тренировочной подготовки

Билет № 3

1. Психологическая характеристика предстартовых состояний.
2. Разработать комплекс упражнений для круговой тренировки развития скоростно-силовых способностей

ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ		
Предмет(ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
Степень освоения теоретических аспектов программы, которую демонстрируют обучающиеся в процессе устного ответа на поставленные вопросы	- систематизированные, глубокие и полные знания теоретических компонентов программы; - умение ориентироваться в научных теориях, концепциях и направлениях, связанных с осваиваемой программой; - точное использование научной терминологии; - логически правильное изложение ответа на вопросы.	5 баллов
	- систематизированные, полные знания теоретических компонентов программы с незначительной погрешностью, не искажающей смысла излагаемого материала; - умение ориентироваться в научных теориях, концепциях и направлениях, связанных с осваиваемой программой; - адекватное использование научной терминологии; - логически правильное изложение ответа на вопросы.	4 балла
	поверхностные знания теоретических компонентов программы; - понимание сущности основных научных теорий, связанных с осваиваемой программой; - слабое владение терминологией; - нарушение последовательности в изложении ответа, неточности в формулировках;	3 балла

	фрагментарные знания теоретических компонентов программы; - грубые искажения в описании научных теорий, связанных с осваиваемой программой; - незнание основных научных терминов.	2 балла
Уровень овладения профессиональными умениями и навыками, демонстрируемые в процессе выполнения практического задания	- материал изложен грамотным языком, с точным использованием терминологии; - показано умение иллюстрировать материал конкретными примерами; - примеры аргументированы и логично изложены; - соблюдены правила записи и сокращения.	5 баллов
	материал изложен грамотным языком, с использованием терминологии; - приведены примерами; - ответ достаточно структурирован и логически выстроен без нарушений общего смысла. - соблюдены правила записи.	4 балла
	- в изложении ответа допущены ошибки в определении понятий и в использовании терминологии; - на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями; - допускает минимальное количество ошибок при записи упражнений.	3 балла
	- не использует терминологию, в изложении ответа допускает значительные ошибки; - на дополнительные вопросы отвечает с затруднениями, допуская ошибки, искажающие смысл; - допускает ошибки при записи упражнений.	2 балла

ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО ЭКЗАМЕНА		
Баллы	Отметка	Уровень сформированности компетенций
8-10 баллов	отлично	высокий
7-5 баллов	хорошо	хороший
3-4 балла	удовлетворительно	достаточный
2 балла	неудовлетворительно	недостаточный