

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор академии физической  
культуры и спорта

  
\_\_\_\_\_ Т.А. Степанова  
«02» июля 2021 г.

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

«Физическая культура и спорт»  
(наименование программы)

**Вид программы:** профессиональная переподготовка

**Объем в часах:** 1008

**Форма обучения:** очно-заочная

**Организация обучения:** 10 месяцев, использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Ростов-на-Дону, 2021

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная профессиональная программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки РФ №940 от 19.09.2017г.), и с учетом требований профессионального стандарта "Тренер", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019г. №191н.

### 1.1. Цель реализации программы

Цель освоения программы профессиональной переподготовки – формирование у слушателей систематизированных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта.

Программа предусматривает следующие задачи изучения:

- овладение универсальными компетенциями;
- овладение профессиональными компетенциями в области физической культуры и спорта.

Общие требования к уровню подготовки слушателя:

- имеет высшее/среднее профессиональное образование;
- владеет достаточными теоретическими знаниями в общекультурной и профессиональной деятельности;
- владеет навыками воспитывающего обучения;
- способен показать и объяснить отдельные упражнения, составить отдельный комплекс упражнений, план урока;
- владеет основами методики обучения, способен видеть, выявлять, наблюдать и исправлять ошибки в технике физических упражнений;
- умеет составлять учебную документацию;
- умеет самостоятельно работать с литературой, методическими пособиями;
- способен самостоятельно анализировать, критически оценивать и использовать получаемую научную информацию.

### 1.2. Планируемые результаты освоения

**Характеристика нового вида профессиональной деятельности:** организационно-методическое обеспечение процесса и управление физкультурно-спортивной деятельностью.

*Универсальные компетенции:*

- способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;
- способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;
- способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;
- способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);
- способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах;
- способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;
- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

*Общепрофессиональные компетенции:*

- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;
- способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий;
- способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;
- способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта;
- способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;
- способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;
- способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- способен проводить работу по предотвращению применения допинга;
- способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;
- способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта;
- способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности;
- способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики;
- способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта;
- способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса;
- способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.

Дополнительная профессиональная программа направлена на достижение следующих **результатов освоения:**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Профессиональные компетенции</b>
Педагогический	Способен организовывать и проводить групповые и индивидуальные занятия по физической культуре и спорту
Педагогический, организационно-управленческая	Способен осуществлять контроль и учет деятельности в области физической культуры и спорта по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях
Методический, организационно-управленческая	Способен осуществлять разработку и утверждение текущих и перспективных планов работы, определение целевых показателей деятельности
Педагогическая	Способен проводить оценку данных физической подготовленности, возрастных особенностей
Педагогическая, воспитательная	Способен проводить анализ индивидуальных программ спортивной подготовки
Педагогическая, тренерская	Способен комплектовать группы для занятий физической культурой и спортом с учетом возрастно-половых особенностей, уровня физической подготовленности
педагогическая, тренерская	Владеет типовыми и авторскими методиками проведения индивидуальных и групповых занятий по физической культуре и

	спорту
Организационно-управленческая, педагогическая, тренерская	Способен вести документацию по анализу физической подготовленности, возрастных и физических особенностей
Педагогическая, тренерская, исследовательская	Способен анализировать уровень физической подготовленности и физического состояния занимающихся физической культурой и спортом
Организационно-управленческая, педагогическая, тренерская	Способен формировать группы для занятий физической культурой и спортом с учетом возраста, уровня физического развития, физической подготовленности
Тренерская, педагогическая	Способен планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду (спортивной дисциплине) спорта
Тренерская, педагогическая	Способен подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, принадлежностью к функциональному классу, возрастно-половыми и индивидуальными особенностями
Организационно-управленческая	Способен планировать педагогические, медико-биологические, психологические восстановительные мероприятия и антидопинговые мероприятия по периодам и циклам спортивной подготовки
Организационно-управленческая	Способен руководить организацией, коллективом

Возможные наименования занимаемых должностей, профессий:

- тренер;
- тренер-преподаватель;
- старший тренер;
- инструктор-методист по физической культуре и спорту;
- фитнес-инструктор;
- учитель физической культуры;
- педагог по физической культуре.

### **1.3. Категория слушателей**

К освоению дополнительных профессиональных программ допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

**1.4. Трудоемкость и срок обучения:** 1008 часов (10 месяцев).

**1.5. Форма обучения и режим занятий:** очно-заочная форма обучения.

**1.6. Язык обучения:** русский.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план дополнительной профессиональной программы

#### «Физическая культура и спорт»

№	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	Аудиторные, в том числе, часов			Самостоятельная работа, час	Аттестация, час	Форма контроля
			лекции	Лабораторные занятия	Семинарские/практические занятия			
<b>1. Нормативно-правовой модуль</b>								
1.	Правовые основы ФК	72	4	-	50	18		Зачет
2.	Социология ФК	72	4	-	50	18		Зачет
<b>2. Психолого-педагогический модуль</b>								
3.	Педагогика ФК	72	4	-	50	18		Зачет
4.	Психология ФК	72	4	-	50	18		Зачет
<b>3. Профессиональный модуль (предметная деятельность)</b>								
5.	Теория и методика физического воспитания	72	4	-	50	18		Экзамен
6.	Анатомия, спортивная морфология и физиология	72	4	-	50	18		Зачет
7.	Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология	72	4	-	50	18		Зачет
8.	Менеджмент физической культуры и спорта.	72	4	-	50	18		Зачет
9.	Теория и методика избранного вида спорта	342	20	-	268	54		Экзамен
10.	ЛФК и спортивная медицина	72	4	-	50	18		Зачет
Итоговая аттестация		18	-	-	-	-	18	Защита итоговой аттестационной работы
Итого		1008	56		718	216	18	Итоговая аттестационная работа

## 2.2. Календарный учебный график

<b>Трудоемкость программы</b>	1008 ч
<b>Нормативный срок освоения программы</b>	10 месяцев
<b>Режим обучения</b>	6 часов в день, 36 часов в неделю
График проведения занятий в соответствии с расписанием	

<b>I. График учебного процесса</b>						<b>II. Сводные данные по бюджету времени (в неделях)</b>		
<b>Январь/февраль</b>	<b>Март/апрель</b>	<b>Май/июнь</b>	<b>Июль/август</b>	<b>Сентябрь/октябрь</b>	<b>Ноябрь/декабрь</b>	<b>Теоретическое обучение</b>	<b>Подготовка к зачету</b>	<b>Всего</b>
<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>По согласованию с заказчиком</b>	<b>43</b>	<b>-</b>	<b>43</b>

## **Дисциплина 1. Правовые основы ФК (72 ч).**

Результаты обучения: компетенции в области нормативно-правового регулирования деятельности физической культуры и спорта.

### **Тема 1. Основы правового регулирования. Конституция, законодательство, нормативно-правовые акты.** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Представление нормативно-правового акта, его основополагающие черты, структура и формы изложения. Характеристика закона, подзаконных актов и других юридических документов. Полномочия законодательной власти Российской Федерации, механизмы принятия законов. Основной закон РФ. Система законодательства Российской Федерации.

### **Тема 2. Правовое регулирование в сфере ФК и спорта** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.раб. 6 ч).

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как правовой регулятор современных отношений в сфере физической культуры и спорта. Состояние и перспективы совершенствования законодательства о физической культуре и спорте. Учредительные документы коммерческих физкультурно-спортивных организаций. Организационно-правовые формы некоммерческих физкультурно-спортивных организаций: общественные организации, фонды, некоммерческие партнерства, учреждения, автономные некоммерческие организации, ассоциации и союзы и др. Локальные документы деятельности физкультурно-спортивных образовательных учреждений. Особенности документооборота и ведения нормативно-правовой документации. Требования к составлению локальных документов образовательного учреждения физкультурно-спортивного профиля.

### **Тема 3. Международное право в спорте.** (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Международные правовые отношения. МОК. Международные спортивные федерации, организации и ассоциации. Взаимодействие НОК и других национальных организаций в сфере физической культуры и спорта. Положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта.

### **Перечень практических занятий**

<b>Номер темы</b>	<b>Наименование практического занятия</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	<b>Основы правового регулирования. Конституция, законодательство, нормативно-правовые акты</b>	18
2	<b>Правовое регулирование в сфере ФК и спорта</b>	18
3	<b>Международное право в спорте.</b>	14

### **Самостоятельная работа**

<b>Номер темы</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Права и обязанности отдельных категорий работников, а также социальные и правовые гарантии соблюдения указанных понятий.	6
2	Права и обязанности спортсменов, физкультурных работников и их социальная защита.	6
3	Нормативно-правовая база регулирования статуса и основ взаимоотношений национальных спортивных федераций на международном уровне	6

### **Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Правовые основы ФК»:**

1. Предмет и сущность права.
2. Источники и система правовых актов.



3. Система органов управления в физкультурно-спортивной отрасли
4. Правовые положения органов физической культуры и спорта.
5. Правовые акты по физической культуре и спорту и требования к ним.
4. Конституционные основы развития физической культуры и спорта в РФ.
5. Закон "О физической культуре и спорте в РФ" - государственно-правовая база отраслевого управления.
6. Роль Закона "Об образовании" в развитии физической культуры и спорта.
7. Нормативно-правовая база физкультурно-спортивных организаций
8. Правовое регулирование деятельности государственных органов управления физической культурой и спортом.
9. Правовое регулирование деятельности общественных органов управления физической культурой и спортом.
10. Правовое регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.
11. Нормативно-правовые акты, регулирующие правовые отношения специалистов физической культуры и спорта.
12. Тарифно-квалификационные характеристики специалистов физической культуры и спорта.
13. Понятие "трудовой договор", "спортивный контракт" и основные элементы определения.
18. Правовое оформление взаимоотношений субъекта и объекта спонсорской деятельности.
19. Государственное нормативно-правовое регулирование спортивного спонсорства.
20. Государственные и общественные органы защиты прав потребителей физкультурно-спортивных товаров и услуг.
21. Правила продажи и предоставления отдельных видов товаров и физкультурно-спортивных услуг.
22. Порядок составления локальных документов деятельности образовательных учреждений физкультурно-спортивного профиля

## **Дисциплина 2. Социология ФК (72 ч).**

Результаты обучения: овладение социально значимыми компетенциями в избранном виде профессиональной деятельности.

**Тема 1. Общественные отношения и социальные факторы. Теория конфликтов.** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам. работа 6 ч).

Понятие социума. Социально-педагогическая деятельность. Общественные отношения и теория конфликтов. Профессиональная деятельность в сфере физической культуры и спорта представ- через призму социальных отношений. Роль и место педагога, тренера, инструктора как объекта социализации. Особенности социализации в процессе занятий физической культурой и спортом.

**Тема 2. Социологический анализ и методика проведения.** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.р. 6 ч).

Методика и методология проведения социологического исследования как основы построения педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Модели планирования педагогических траекторий в зависимости от особенностей конкретной социальной группы занимающихся.

**Тема 3. Социально-педагогические функции физической культуры и спорта** (практич. 14ч, сам. работа 6 ч).

Физическая культура и спорт в системе современного социума. Исторические предпосылки зарождения, становления и развития указанных социологических понятий. Законы функционирования и развития физической культуры и спорта как социальных институтов. Взаимосвязь индивидуальных и личностных особенностей и социального статуса. Психолого-педагогические основы и критерии проявления социальной роли и социального статуса.

### Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость, час.
1	Общественные отношения и социальные факторы. Теория конфликтов	18
2	Социологический анализ и методика проведения	18
3	Социально-педагогические функции физической культуры и спорта	14

### Самостоятельная работа

Номер темы	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость, час.
1	Место и роль физической культуры и спорта в различных социальных институтах общества.	6
2	Социологический анализ отношения современного поколения к культурным ценностям тела и физической культуре.	6
3	Социализация спортсмена.	6

### Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Социология ФК»:

1. Социально-педагогические функции физической культуры и спорта.
2. Проявление индивидуальных и личностных качеств при занятиях физической культурой и спортом.
3. Физическая культура и спорт как социальный институт.
4. Основные и общекультурные функции физической культуры.
5. Специфические функции спорта.
6. Физическая культура и спорт в образе жизни общества и стиля жизни человека.
7. Место и роль физической культуры и спорта в различных социальных институтах общества.
8. Ценностный потенциал физической культуры и спорта как основы формирования физической культуры личности.
9. Движущие силы развития физической культуры личности и общества
10. Социальные факторы, способствующие развитию физической культуры и спорта в современном обществе.
11. Социологический анализ отношения современного поколения к культурным ценностям тела и физической культуре.
12. Спорт высших достижений и социальные противоречия, возникающие в нем.
13. Развитие олимпийского движения, проблемы гуманизации спорта высших достижений.
14. Понятие и основные этапы спортивной карьеры.
15. Основные противоречия, обуславливающие кризисы спортивной карьеры.
16. Социальная адаптация спортсменов после завершения спортивной карьеры.
17. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности. Социализация спортсмена.
18. Физическая культура и спорт в системе труда и отдыха граждан: Социологический аспект.
19. Понятие социологического исследования. Программа и этапы исследования.
20. Методы социологического исследования.
21. Планирование деятельности преподавателя, тренера, инструктора в зависимости от характеристик социальной группы.
22. Психолого-педагогические характеристики деятельности специалиста в соответствии с социальной характеристикой занимающихся.
23. Роль и место педагога по физической культуре в становлении личности занимающихся

24. Дисфункция спорта.
25. Особенности социализации и педагогической деятельности при занятиях физической культурой и спортом.
26. Современные требования к педагогической деятельности тренера, преподавателя, инструктора.
27. Социологический анализ, как основа планирования педагогической деятельности в области физической культуры и спорта.
28. Особенности социо-педагогического влияния различных направлений спортивной деятельности.
29. Гендерность в физическом воспитании и спорте.
30. Социальная составляющая занятий физической культурой и спортом.

### **Дисциплина 3. Педагогика ФК (72 ч).**

Результаты обучения: способен проектировать образовательный процесс в целом и отдельные учебные занятия как часть целого на основе системно-деятельностного и компетентностного подходов с использованием инновационных форм, методов, средств и технологий.

**Тема 1. Управление педагогическим процессом в сфере физической культуры** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Формы организации и управления педагогическим процессом. Технология планирования и учет результатов деятельности в сфере физической культуры. Педагогические аспекты деятельности в управлении сферой физической культуры. Средства и методы педагогического процесса.

**Тема 2. Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Понятие педагогических технологий в сфере физической культуры. Технологическая карта физического воспитания. Современные информационные технологии в сфере физической культуры. Интерактивное обучение двигательным действиям в физическом воспитании. Теоретические подходы, влияющие на эффективность технологий обучения.

**Тема 3. Эффективность технологии обучения** (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Фундамент педагогического мастерства. Компоненты педагогического мастерства (педагогическая техника, педагогический такт, культура речи педагога). Критерии определения уровня профессионализма педагога. Оценка обучающей деятельности педагога по критериям функционального аспекта и результативно-личностного аспекта. Факторы продуктивности подготовки специалистов в сфере образования. Уровни педагогического творчества. Передовой педагогический опыт. Вершины реализации творческого потенциала.

#### **Перечень практических занятий**

<b>Номер темы</b>	<b>Наименование практического занятия</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Управление педагогическим процессом в сфере физической культуры	18
2	Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры	18
3	Эффективность технологии обучения	14

#### **Самостоятельная работа**

<b>Номер темы</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Средства и методы педагогического процесса.	6

2	Технологическая карта физического воспитания. Современные	6
3	Критерии определения уровня профессионализма педагога.	6

### Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Педагогика ФК»:

1. Средства и методы педагогического процесса.
2. Особенности функционирования основ системы физического воспитания на современном этапе.
3. Средства педагогического характера как основы для положительной динамики в развитии сферы физическая культура и спорт.
4. Основные понятия, применяемые в области физической культуры и спорта, и их характеристика.
5. Цели и задачи системы физического воспитания, принципы, реализуемые в области физической культуры и спорта.
6. Теоретические основы обучения физическим упражнениям: специфика, предмет, принципы, структура, методы.
7. Педагогические классификации физических упражнений по признакам (историческом, особенности мышечной деятельности по значению для решения педагогических задач, по преимущественному развитию отдельных мышц, по видам спорта).
8. Педагогические принципы обучения в ФВ (понятия и термины, принципы: сознательности, активности, научности, прочности, индивидуальности, последовательности, постепенности)
9. Классификация методов обучения в сфере физической культуры.
10. Практические методы обучения в ФВ (методы: строго и частично регламентированного упражнения, разучивание по частям разучиванием в целом, игровой, наглядный, соревновательный использование слова) и требования к ним.).
11. Обучение - процесс формирования двигательным действиям (связь активности занимающихся с системой двигательных действий, обучения с развитием двигательных качеств, с физически образованием и развитием).
12. Педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями.

### Дисциплина 4. Психология ФК (72 ч).

Результаты обучения: овладение профессионально значимыми компетенциями психолого-педагогических отношений в сфере физической культуры и спорта.

Тема 1. **Психология личности спортсмена, тренера** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Введение в психологию физической культуры (ФК) и спорта. Здоровье и его сохранение с позиции психологии: понятие психологического здоровья, здорового образа жизни, модели и стадии его формирования, схема тела, образ тела, Я-концепция тела. Психология личности учащегося и спортсмена, способности и физические качества. Психология коллектива в ФК и спорте.

Тема 2. **Спорт и стресс, психологические основы управления в спорте** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Спорт и стресс, психологические вопросы управления и индивидуализации спортивной подготовки и соревновательной деятельности. Биоритмы и психическая, физическая активность (работоспособность).

Тема 3. **Спортивная психодиагностика** (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Психолого-педагогическая характеристика, самооценка качеств личности, измерение ПД (потребности достижений) и синдрома дефицита внимания (и гиперактивности). Методика измерения мотивации занятий ФК и спортом, творческого потенциала. Инструментальная методика измерения общего уровня мотивации.

### Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость, час.
1	Психология личности спортсмена, тренера	18
2	Спорт и стресс, психологические основы управления в спорте	18
3	Спортивная психодиагностика	14

#### Самостоятельная работа

Номер темы	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость, час.
1	Профессиональная пригодность к деятельности специалиста ФК и спорта.	6
2	Психорегуляция в спорте, программы тренинга, медитация.	6
3	Психологические критерии отбора к спортивной деятельности.	6

#### Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Психология ФК»:

1. Предмет изучения психологии ФК и спорта.
2. Психическое и психологическое здоровье и их критерии. Здоровье и его сохранение с точки зрения психологии.
3. Понятие здорового образа жизни, его компоненты и социально-психологические детерминанты их формирования.
4. Схема тела, образ тела, концепция Я - тела.
5. Детерминанты агрессивности в спорте и их нивелирование.
6. Психологическая характеристика спортивной и педагогической деятельности.
7. Структура спортивной деятельности с позиции психологи.
8. Стили руководства и деятельности учителя ФК, их основания.
9. Личностные, профессиональные, волевые, умственные и психомоторные качества специалиста ФК и спорта.
10. Разделение личности (анализ поведения) на основе представлений З.Фрейда и неофрейдизма и его использование в воспитательном процессе физкультурников и спортсменов.
11. Структура интегральной индивидуальности (Б. Вяткин, Белоус, В. Русалов) и ее пользование в практике спорта.
12. Интеллект, креативность, психомоторные и физические качества и их развитие в спортивной деятельности.
13. Понятия движение операции, двигательное действие, двигательная деятельность. Переход знания о движении в образы, представления и умения.
14. Компонентный состав мотивации к знаниям ФК и спортом, их характеристика, стадии формирования мотивации,
15. Нравственные убеждения и стадии их формирования в процессе занятия ФК и спортом.
16. Воля, ее статическая и динамическая модели, волевые качества и особенности их формирования на занятиях ФК и спортом.
17. Понятие о коллективе ФК и спорта, критерии его зрелости, особенности формирования.
18. Ненормативное и сверхнормативное психическое развитие учащихся и особенности занятий с ними ФК и спортом.
19. Стресс как адаптационный синдром, его виды, стадии как механизмы развития психических состояний в спорте.
20. Развитие невротических реакций в спорте и их купирование.
21. Психические состояния в актуальных отрезках спортивной деятельности.

## Дисциплина 5. Теория и методика физического воспитания (72 ч).

Результаты обучения: овладение профессионально значимыми компетенциями в области физического воспитания.

### Тема 1. Дидактические основы физического воспитания (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.раб.6 ч).

Проблематика уточнения целевых установок системы физического воспитания в контексте процессов эволюционного развития человека, биологических параметров, характеризующих оптимальное состояние организма и факторов внешней и внутренней среды. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания в соответствии с социальными, региональными и культурным факторами. Научно-теоретические аспекты разработки программно-нормативных основ в различных видах физической культуры. Пути повышения эффективности физического воспитания как фактора самореализации человека и развитие физических и духовных способностей. Факторы и условия повышения эффективности физкультурной деятельности в современных условиях. Принципы, методы и средства физического воспитания.

### Тема 2. Физическая подготовка (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Понятие физической подготовки. Физическое развитие, физическая подготовка и физическое воспитание. Физическая подготовка и физическая подготовленность. Разносторонняя физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка в контексте спорта и профессионально-прикладной физической подготовки, взаимосвязь с физическим воспитанием. Физические упражнения. Направленность физических упражнений. Классификация физических упражнений. Факторы, обеспечивающие эффективность средств, методов и форм построения и организации занятий. Развитие и воспитание физических качеств. Сенситивные периоды развития физических качеств.

### Тема 3. Методика физического воспитания (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Методика физического воспитания. Методика физического воспитания в образовательных учреждениях. Самостоятельные занятия физическими упражнениями. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания. Проблематика оптимизации структуры многолетнего процесса физического воспитания в соответствии с закономерностями онтогенеза и динамики жизнедеятельности индивида. Концепция двигательной активности человека как система представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала индивида. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных контингентов. Новые подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

### Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость, час.
1	Дидактические основы физического воспитания	18
2	Физическая подготовка	18
3	Методика физического воспитания	14

### Самостоятельная работа

Номер темы	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость, час.
1	Детерминированность содержания двигательной активности.	6
2	Обязательность двигательной активности в течение всей жизни.	6

3	Формирование понимания роли и значения физической культуры в системе общечеловеческих культурных ценностей и потребности человека в двигательной активности.	6
---	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---

**Перечень экзаменационных вопросов по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»:**

1. Современная система наук, изучающих физическую культуру.
2. Современные тенденции развития наук о физической культуре. Интеграция и дифференциализация научного знания в современных условиях.
3. Сущность эволюционного подхода в изучении физической культуры и его значение для получения нового знания.
4. Сущность системного подхода в изучении физической культуры и его значение для получения нового знания.
5. Сущность синергетического подхода в изучении физической культуры и его значение для получения нового знания.
6. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
7. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.
8. Научно-методические и организационные аспекты спортизации физического воспитания.
9. Проблематика современной физической культуры.
10. Социальная обусловленность видов и разновидностей физической культуры и проблема их эффективности.
11. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры.
12. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания средств и методов.
13. Научно-методические аспекты аккультурации заимствованных систем физических упражнений.
14. Дальнейшая разработка и уточнение целевых установок отечественной системы физического воспитания.
15. Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.
16. Проблема соответствия содержания закона РФ «О физической культуре и спорте» современной практике физической культуре и спорта.
17. Современная теория обучения двигательным действиям.
18. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса.
19. Двигательная активность человека в свете эволюционного подхода и закономерности развития и утилизации двигательного потенциала индивида.
20. Предметная область и задачи спортивной генетики как новой области знания.
21. Развитие двигательных способностей человека.

**Дисциплина 6. Анатомия, спортивная морфология и физиология (72 ч).**

Результаты обучения: овладение профессионально значимыми компетенциями в области анатомии, спортивной морфологии и физиологии.

Тема 1. **Анатомия и физиология человека** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам. работа 6 ч).

Скелетные ткани, их классификация, значение, общий план строения, анализ функций, разновидности и возрастные изменения. Анатомическое образования - хрящ.

Костная ткань, строение костей, их классификация, изменение вещества костей в связи с приложенной физической нагрузкой.

Рост и развитие костей, факторы, влияющие на рост, размеры и функции костей. Кость как орган.

Классификация соединений костей. Формирование соединений костей в филогенезе и онтогенезе. Синартрозы, их разновидности. функции, расположение в скелете, значение, возрастные особенности. Симфизы, их строение, расположение, функции, значение. Диартрозы, общий план строения, способы классификации в связи с особенностями строения, расположения и функций. Прочность и подвижность суставов. Понятие об анатомической, активной, пассивной, резервной суставной подвижности. Вспомогательные образования суставов, их функциональное значение.

Скелет как система связанных между собой костей, его функции, развитие и изменение под влиянием физических нагрузок или их отсутствия. Взаимообусловленный характер влияния развития скелета и соматической мускулатуры.

Классификация мышечной ткани организма. Поперечно-полосатая мышечная ткань, строение мышечного волокна, структурные основы его сокращения. Строение скелетной мышцы, мышца как орган. Вспомогательный аппарат мышц. Принципы классификации скелетных мышц. Мышечная работа и ее разновидности. Обзор мышц частей тела человека по топографическому признаку.

Обзор основных этапов развития костной и мышечной систем плода, ребенка и подростка. Закладка и развития ядер окостенения скелетной системы. Рост и развитие костей. Развитие скелета человека: перепончатая, хрящевая и костная стадии. Хрящевой скелет зародыша. Особенности скелета новорожденного ребенка, ребенка дошкольного возраста, младшего школьника и в подростковом возрасте. Скелет в зрелом и старческом возрасте.

Рост и развитие черепа, особенности формирования мозгового и лицевого отделов.

Рост и развитие скелета туловища. Формирование изгибов позвоночника, сроки их фиксации. Физические нагрузки на позвоночник в период его развития. Осанка. Особенности роста костей грудной клетки. Влияние физических нагрузок на размеры и прочность грудной клетки.

Рост и развитие скелета конечностей. Особенности роста костей тазового пояса. Центр тяжести ребенка и взрослого. Влияние его расположения на формирование костей нижних конечностей и позвоночника. Особенности роста и укрепления костей кисти.

Возрастные особенности скелетной мускулатуры. Изменение макро- и микроструктуры мышц с возрастом. Влияние физических нагрузок на сроки развития мышечной силы в различных частях тела человека. Нарастание мышечной массы в онтогенезе и под влиянием общих и специфических нагрузок.

Взаимосвязь развития и роста костной и мышечной систем. Методы определения уровня физического развития, оценка типа скелета, правильности осанки, постановки стопы.

**Тема 2. Возрастная морфология и физиология** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам. работа 6 ч).

Учение о положениях человеческого тела. Анатомическая характеристика положений тела. Учение о движениях человеческого тела. Анатомическая характеристика движений тела. Возрастная и спортивная морфология. Содержание и задачи возрастной и спортивной морфологии. Морфологические аспекты адаптаций к условиям спортивной деятельности ребенка, подростка и взрослого человека. Приспособительные компенсаторные и деструктивные изменения в органах и системах целостного организма как критерии рациональной и нерациональной адаптации к физическим нагрузкам. Морфологические модели и эталоны в спортивном отборе. Оценка уровня физического развития ребенка, подростка, взрослого и представителей различной спортивной специализации с использованием антропометрических методов исследования: соматометрии, соматоскопии, плантографии.

**Тема 3. Спортивная морфология и физиология** (практич. 14ч, сам. работа 6 ч).

Мощность физической работы, аэробная и анаэробная фазы её. Режимы работы мышц при выполнении различных физических упражнениях. Пути и функциональные системы поддержания гомеостаза в организме во время физических нагрузок. Механизмы и показатели усиления



деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной и др. систем во время мышечной работы. Нейрогуморальная регуляция процессов адаптации организма к физическим нагрузкам и факторы, определяющие эффективность этой адаптации. Функциональные возможности адаптации вегетативных, соматических и сенсорных систем к физическим нагрузкам у детей разного возраста.

Возрастные, половые, индивидуальные различия способностей человека к выполнению физических упражнений. Значение работоспособности и её суточной, недельной и сезонной динамики для рационального построения занятий по физической культуре и в спорте. Особенности мышечной работы в различных климатических условиях. Двигательная активность как условие физического и психического развития. Негативные последствия гиподинамии. Физиологические критерии обоснования норм и характера двигательной активности на уроках по физическому воспитанию. Значение систематических занятий физическими упражнениями в развитии органов и систем детей и подростков, а также в усилении защитных функций организма. Физиологические обоснования дифференцированного подхода к ориентированию школьников на углублённые занятия отдельными видами спорта.

### **Перечень практических занятий**

<b>Номер темы</b>	<b>Наименование практического занятия</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Анатомия и физиология человека	18
2	Возрастная морфология и физиология	18
3	Спортивная морфология и физиология	14

### **Самостоятельная работа**

<b>Номер темы</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Значение физиологии человека для физической культуры и спорта.	6
2	Двигательный анализатор и его значение в физической культуре и спорте.	6
3	Значение физиологических особенностей организма детей и подростков при занятиях физической культурой и спортом	6

### **Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Анатомия, спортивная морфология и физиология»:**

1. Костная ткань, строение костей, их классификация, изменение вещества костей в связи с приложенной физической нагрузкой.
2. Возрастные особенности скелетной мускулатуры.
3. Классификация мышечной ткани организма.
4. Частные методики исследований физиологических функций спортсмена.
5. Влияние физических нагрузок возрастающей мощности на деятельность систем организма.
6. Потребление кислорода при физической нагрузке различной мощности.
7. Восстановление физиологических функций после проделанной работы.
8. Функциональные изменения в организме спортсмена при выполнении циклической динамической работы умеренной мощности.
9. Функциональные изменения в организме спортсмена при выполнении циклической динамической работы большой мощности.
10. Функциональные изменения в организме спортсмена при выполнении циклической динамической работы максимальной мощности.
11. Физиологические изменения при выполнении статических усилий.

12. Влияние предшествующей физической работы на последующую.
13. Общие физиологические закономерности в оздоровительной и спортивной тренировке.
14. Значение физиологических особенностей организма детей и подростков при занятиях физической культурой и спортом.
15. Физиологические особенности спортивной тренировки детей школьного возраста.
16. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.
17. Физиологические основы урока физической культуры.

## **Дисциплина 7. Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология (72 ч).**

Результаты обучения: овладение профессионально значимыми компетенциями в области биомеханики и спортивной метрологии.

**Тема 1. Биомеханика двигательного аппарата и двигательных действий** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Двигательный аппарат человека как биомеханическая система. Механические свойства костей. Биокинематические цепи, их степени свободы. Звенья тела как рычаги первого и второго рода, условия их равновесия. Сила, плечо силы, вращающий момент силы. Биомеханические свойства мышц: возбудимость, сократимость, жесткость, упругость. Сила и результат тяг мышц. Разновидность работы мышц. рабочие и опорные тяги мышц. Биодинамический полносвязный механизм.

Биомеханические характеристики тела человека и его движений. Основные понятия кинематики. Система отсчета расстояния и времени. Пространственные характеристики. Координаты точки, тела и систем тел. Траектория точки. Вращательные движения. Временные характеристики и длительность движений. Пространственно-временные характеристики. Ускорение движения.

Динамические характеристики: инертность, момент инерции тела, момент силы, работа силы и мощность. Геометрия масс тела человека и способы ее определения. Общий центр тяжести всей системы и отдельных ее звеньев. Внутренние и внешние силы и их действие на биомеханическую систему. Силы тяжести веса, упругой деформации, трения.

Понятия о механической работе, мощности и видах механической энергии. Закон сохранения энергии. Внутренняя и внешняя работа. Превращение и преобразование энергии в двигательных действиях, - переход энергии из одного вида в другой, обмен энергией между звеньями тела человека, использование энергии упругой деформации мышц и сухожилий. Энергетика возвратных движений. Биомеханика дыхательных движений. Методы измерения работы и энергии при движениях человека. Биомеханика силовых качеств. Зависимость силы действия человека от положения тела при тренировке силы. Метод сопряженного воздействия. Динамика скорости. Зависимость между силовыми и скоростными характеристиками. Биомеханические основы выносливости. Основы эргометрии. Гибкость и ее характеристики. Механизм вращательного движения звена. Изменение вращательного движения звена и системы звеньев под действием момента внешней силы. Управление движениями вокруг осей с изменением и сохранением кинетического момента системы. Вращательные движения человека при опоре и без опоры.

**Тема 2. Основы биомеханического контроля и измерения в биомеханике** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Биомеханика силовых качеств. Зависимость силы действия человека от положения тела при тренировке силы. Метод сопряженного воздействия. Динамика скорости. Зависимость между силовыми и скоростными характеристиками. Биомеханические основы выносливости. Основы эргометрии. Гибкость и ее характеристики.

Механизм вращательного движения звена. Изменение вращательного движения звена и системы звеньев под действием момента внешней силы. Управление движениями вокруг осей с изменением и сохранением кинетического момента системы. Вращательные движения человека при

опоре и без опоры. Силы, уравниваемые при сохранении положения тела и условия необходимые для этого. Виды равновесия тела и его устойчивость. Условия, обеспечивающие устойчивость тела человека. Биодинамика осанки. Движения центра масс системы. Изменение количества движения системы. Преодолевающие и уступающие движения. Механизм притягивания и отталкивания при верхней и нижней опоре. Сохранение и изменение положения тела. Равновесие тела человека. Условия уравнивания действия сил. Сохранение и восстановление положения тела человека. Управление и сохранение положения. Движения на месте. Взаимодействие опорных и подвижных звеньев с опорой. Работа ускоряющих сил и изменение кинетической энергии при отталкивании. Маховые движения. Направление отталкивания от опоры. Шагательные движения и их элементы. Стартовые положения. Стартовый разгон. Разновидности способов ходьбы и бега. Энергетика ходьбы и бега. Оптимизация и экономичность ходьбы и бега.

### **Тема 3. Основы спортивной метрологии** (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Основы теории оценок и норм. Проблема оценок. Основные задачи оценивания. Шкалы оценок. Определение норм в спорте. Методы количественной оценки качества показателей. Основные понятия квалитметрии. Метод анкетирования. Метод экспертных оценок. Технические средства получения информации. Инструментальные методы контроля. Измерительные приборы, установки и системы. Передача и представление измерительной информации.

Статистические совокупности, их характеристики. Описательная статистика. Образование вариационных рядов. Виды вариационных рядов. Графическое изображение вариационных рядов. Выборочный метод. Основные понятия выборочного метода. Нормальный закон распределения. Соответствие нормальному закону. Организация выборки. Определение показателей генеральной совокупности. Доверительные интервалы. Понятие о статистической достоверности. Элементы математической статистики. Корреляционный анализ. Способы анализа тесноты взаимосвязи. Виды корреляции. Способы выражения корреляции. Коэффициент корреляции Бравэ-Пирсона. Ранговый коэффициент корреляции Спирмэна. Корреляционные отношения. Множественная корреляция. Регрессионный анализ. Анализ и прогноз. Использование анализа, прогноза и многомерных методов. Ряды динамики (временные ряды). Метод индексов. Дисперсионный анализ. Общие положения о контроле в ФВ и спорте. Общие требования к контролю. Контроль за скоростными качествами. Контроль за временем реакции. Контроль за быстротой движений. Добротность скоростных качеств. Контроль за силовыми качествами. Контроль за уровнем развития гибкости. Контроль за уровнем развития выносливости. Контроль за объемом и интенсивностью нагрузки. Нагрузки, их виды и свойства. Соревновательная нагрузка и методы ее контроля.

#### **Перечень практических занятий**

<b>Номер темы</b>	<b>Наименование практического занятия</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Биомеханика двигательного аппарата и двигательных действий	18
2	Основы биомеханического контроля и измерения в биомеханике	18
3	Основы спортивной метрологии	14

#### **Самостоятельная работа**

<b>Номер темы</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Графический способ определения центра масс тела при выполнении физических упражнений.	6

2	Определение работы сил, действующих на тело при его перемещении.	6
3	Статистическая оценка параметров биомеханической системы.	6

**Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология»:**

1. Силы, уравниваемые при сохранении положения тела и условия необходимые для этого.
2. Виды равновесия тела и его устойчивость.
3. Условия, обеспечивающие устойчивость тела человека.
4. Биодинамика осанки.
5. Движения центра масс системы.
6. Изменение количества движения системы.
7. Преодолевающие и уступающие движения.
8. Механизм притягивания и отталкивания при верхней и нижней опоре.
9. Сохранение и изменение положения тела.
10. Равновесие тела человека.
11. Условия уравнивания действия сил.
12. Сохранение и восстановление положения тела человека. У
13. правление и сохранение положения.
14. Движения на месте.
15. Взаимодействие опорных и подвижных звеньев с опорой.
16. Работа ускоряющих сил и изменение кинетической энергии при отталкивании.
17. Маховые движения.
18. Направление отталкивания от опоры.
19. Шагательные движения и их элементы.
20. Стартовые положения.
21. Стартовый разгон.
22. Разновидности способов ходьбы и бега.
23. Энергетика ходьбы и бега.
24. Оптимизация и экономичность ходьбы и бега.
25. Контроль технической и тактической подготовки.
26. Метрологические основы контроля за техническим мастерством спортсменов.
27. Метрологические основы контроля за тактическим мастерством спортсменов.
28. Контроль над психологической и теоретической подготовкой.
29. Зависимость психологической подготовленности от психологических особенностей занимающихся.
30. Контроль за психологической подготовленностью, психическим состоянием, психологической подготовкой занимающихся.

**Дисциплина 8. Менеджмент физической культуры и спорта (72 ч).**

Результаты обучения: формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно управлять физкультурно-спортивным движением на различных уровнях.

**Тема 1. Характеристика менеджмента в сфере физической культуры и спорта, его функции и правовые основы (лек. 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).**

Понятие об управлении. Виды управления. Определение менеджмента. Цели и задачи менеджмента. Менеджер и его роли. Формирование генеральной цели менеджмента, общие функции

менеджмента физической культуры и спорта. Функции спортивного менеджера. Спортивная информация. Классификация информации. Отчетная документация физкультурно-спортивных организаций. Массивы документов по разделам деятельности физкультурно-спортивных организаций. Уровни управления: низовое, среднее, высшее. Анализ уровней по характеру работы. Факторы, определяющие работу звеньев. Особенности работы менеджеров.

**Тема 2. Организация и технология менеджмента в сфере физической культуры и спорта** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Генеральный и функциональный менеджмент в физической культуре и спорте. Кадровая политика организации. Управленческое решение – продукт деятельности менеджера. Технология создания физкультурно-спортивной организации. Коммерческие и некоммерческие организации. Организация спортивных услуг для населения, научно-методический менеджмент, прокат и др. Теория ожиданий. Теория справедливости. Власть и ее формы. Пять форм власти. Взаимная зависимость руководителей и подчиненных. Лидерство. Личностная теория лидерства. Авторитарный и демократический лидер. Определение конфликта. Четыре типа конфликта. Природа конфликта. Причина конфликтов. Стили управления. Методы управления конфликтами.

**Тема 3. Организация клубной физкультурно-спортивной работы** (практич. 14ч, сам.работа 6 ч).

Формирование имиджа первичной физкультурно-спортивной организации. Номенклатура учреждений дополнительного образования – их цели и задачи. Особенности менеджмента спортивном фонде. Классификация внеклассной физкультурно-спортивной работы и ее организационные формы. Привлечение школьников к занятиям, выявление потребностей, мотивов.

#### **Перечень практических занятий**

<b>Номер темы</b>	<b>Наименование практического занятия</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Характеристика менеджмента в сфере физической культуры и спорта, его функции и правовые основы	18
2	Организация и технология менеджмента в сфере физической культуры и спорта	18
3	Организация клубной физкультурно-спортивной работы	14

#### **Самостоятельная работа**

<b>Номер темы</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость, час.</b>
1	Менеджмент в зарубежном спорте.	6
2	Зарубежные модели спортивного менеджмента	6
3	Структура современного международного движения	6

**Перечень зачетных вопросов по дисциплине «Менеджмент физической культуры и спорта»:**

1. Дать общую характеристику и определение управлению.
2. Особенности технологии менеджмента.
3. Методы управления в физической культуре и спорте.
4. Функции управления: организация, руководство, планирование, контроль.
5. Особенности мотивации в спортивном менеджменте.
6. Административный аппарат и его типы.
7. Координационная структура организации.
8. Теории общения и подчинения.
9. Кадровая политика организации.

10. Формальные и неформальные группы сотрудников.
11. Власть и ее формы.
12. Определение конфликта. Виды конфликтов. Методы управления конфликтами.
13. Цель и задачи спортивного менеджмента.
14. Физическая культура и спорт как объект управления.
15. Функции спортивного менеджера.
16. Спортивная информация.
17. Системы нормативно-правовых актов по управлению ФКиС.
18. Конституционные, кодификационные и текущие акты в сфере ФКС.
19. Каково содержание федерального закона «О физической культуре в РФ»?
20. Охарактеризовать первичные физкультурно-спортивные организации.
21. Оценить особенности менеджмента в различных видах спортивных школ.
22. Типология спортивных организаций.
23. Технология создания физкультурно-спортивных организаций.
24. Учредительные документы организации.
25. Коммерческие и некоммерческие физкультурно-спортивные организации.
26. Генеральный и функциональный менеджмент физкультурно-спортивной организации.
27. Характеристика видов коммерческих организаций в ФКиС.
28. Общая характеристика зарубежных моделей спортивного менеджмента.

### **Дисциплина 9. Теория и методика избранного вида спорта (342 ч).**

Результаты обучения: формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно организовывать и управлять спортивной подготовкой по избранному виду спорта.

#### **Тема 1. Организация и судейство соревнований по ИВС (лекция 8ч, практич. 86ч, сам. работа 18ч).**

Общая характеристика ИВС. Особенности двигательных действий в ИВС. Классификация ИВС.

Правила соревнований по ИВС. Общие основы организации и проведения соревнований

Определение и характеристика соревнований. Цель и задачи проведения соревнований. Руководство соревнований. Порядок финансирования соревнований. Информационное обеспечение, реклама. Виды соревнований

Общее понятие и характеристика Положения о соревнованиях.

Сроки и правила рассылки положения. Структура Положения о соревнованиях.

Изменения в Положении о соревнованиях и порядок действия.

Правила соревнований. Правила соревнований национальных и международных федераций.

Правила для ветеранов. Порядок жеребьевки и распределения участников соревнований. Порядок ведения спортивной борьбы. Санкции за нарушения правил соревнований.

Программа соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Церемония открытия и закрытия соревнований. Парад участников соревнований. Проведение соревнований. Организация отдыха, питания и досуга участников соревнований. Протесты. Порядок и сроки подачи протестов. Письменные протесты. Апелляционное жюри (апелляционная комиссия). Сроки рассмотрения. Решения и обжалование решений.

Спортивные судьи и помощники, судейская коллегия. Состав судейской коллегии. Права и обязанности судей. Главный судья соревнований. Права и обязанности главного судьи. Заместители главного судьи. Судьи на местах. Распределение обязанностей судей. Стартовая бригада. Бригада арбитров. Финишная бригада. Хронометраж. Операторы автоматического хронометрирования. Фотофиниш. Бригада информации. Комендант соревнований. Контрольная комиссия.

Участники соревнований. Категории участников соревнований (возрастные, квалификационные и т.д.). Возраст и квалификация спортсменов. Возрастные группы. Допуск участников соревнований. Критерии допуска. Права и обязанности участников соревнований. Взыскания к участникам соревнований: замечание, предупреждение, снятие с соревнований (дистанции), дисквалификация.

Места и оборудование соревнований. Устройство мест соревнований. Требования к местам соревнований. Оборудование и инвентарь соревнований. Требования к оборудованию и инвентарю. Медицинское обслуживание соревнований. Обеспечение безопасности участников соревнований.

Определение победителей и награждение. Фиксирование результата в соответствии с правилами соревнований. Регистрация лучших достижений. Национальные, региональные и мировые достижения. Порядок и церемония награждения. Правила поведения на церемонии награждения.

Представители команд. Каждая организация, участвующая в соревнованиях, назначает своего официального представителя, фамилия которого указывается в именной заявке. Права и обязанности, полномочия официального представителя. Взаимоотношения официального представителя и судейской коллегии. Переход прав и обязанностей официального представителя команды при его отстранении.

## **Тема 2. Организация спортивной тренировки в ИВС (лекция 6ч, практич. 86ч, сам. работа 18ч).**

Спортивная тренировка как педагогический процесс: цель, задачи, основные функции и структура. Спортивная тренировка и спортивная подготовка. Общая характеристика основных сторон, видов и разновидностей спортивной подготовки. Проблема всесторонней подготовки в спорте.

Спортивные занятия как основная организационная форма спорт. подготовки. Общая характеристика типов, видов и разновидностей спортивных занятий по ИВС. Форма и содержание занятий: их единство и взаимосвязь. Характеристика составных компонентов структуры спортивного занятия. Сущность разминки и «заминки».

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

Методы физической подготовки: их сущность, классификация и особенности применения.

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

Сущность и общая характеристика «технической подготовки». Этапы технической подготовки. Общие основы и принципы обучения в ИВС.

Содержание общей физической подготовки спортсменов с технической направленностью. Содержание специальной физической подготовки спортсменов с технической направленностью. О рациональном соотношении общей и специальной «технической» подготовки.

Сущность и общая характеристика тактической подготовки спортсменов. Этапы совершенствования тактического мастерства. Содержание общей физической подготовки с тактической направленностью. Содержание специальной физической подготовки с тактической направленностью. О соотношении общей и специальной тактической подготовки спортсменов.

Сущность и общая характеристика психологической подготовки гребцов. Основные компоненты психологической подготовки. Проблемы волевой подготовки.

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

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

Сущность, структура и общая характеристика спортивной нагрузки. Виды физических нагрузок. Нагрузка физическая и функциональная. Психологическая нагрузка.

Сущность двигательного действия, физического воздействия и характеристика видов.

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

Отдых как основной компонент структуры физической нагрузки и характеристика его видов.

Метод – как определенное взаимосочетание закономерностей построения физических воздействий и отдыха.

Проблемы расходования рабочих потенциалов и характеристика его видов разновидностей.  
Субъективное и объективное выражение утомления.

Восстановление рабочих потенциалов и характеристика их видов и разновидностей.

Способ адаптации как определенное взаимосочетание закономерностей протекания процессов утомления и восстановления.

О парной взаимосвязи и взаимозависимости структурных компонентов физической и функциональной нагрузок.

Основные формы динамики физической и функциональной нагрузок и их взаимосвязь.

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

**Тема 3. Многолетняя спортивная подготовка в ИВС. Спортивный отбор.** (лекции 6ч, практич. 96ч, сам.работа 18 ч).

Основы построения процесса спортивной подготовки

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

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

Спортивное занятие как основа спортивной подготовки.

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

Основы построения микроциклов.

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

Основы построения макроциклов

Общая характеристика и особенности построения годовых и полугодовых макроциклов (циклов) процесса спортивной подготовки.

Цель, задачи, содержание и особенности построения подготовительных, переходных и соревновательных периодов в макроциклах процесса спортивной подготовки.

Основы построения олимпийских макроциклов.

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

Научно-теоретические основы построения многолетней спортивной подготовки

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

Задачи и общая характеристика этапов многолетней спортивной подготовки.

Научно-теоретические основы спортивного отбора и прогнозирования.



Понятие спортивного отбора. Сущность отбора. Задачи отбора. Проблема отбора и комплектование команды в ИВС. Проблема психо- и соматофизиологической совместимости спортсменов. Спортивная селекция как отбор и комплектование сборных команд. Психофизиологический климат команды, сборной.

Общая характеристика видов и разновидностей отбора в ИВС. Этапы отбора. Олимпийский и перспективный отбор. Начальный отбор. Проблема психофизиологической предрасположенности к занятиям различными видами спорта. Текущий отбор и прогнозирование спортивных достижений. Краткосрочный и долгосрочный прогнозы. Критерии отбора и прогнозирования.

### Перечень практических занятий

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость, час.
1	Организация и судейство соревнований по ИВС	18
2	Организация спортивной тренировки в ИВС	18
3	Многолетняя спортивная подготовка в ИВС. Спортивный отбор.	14

### Самостоятельная работа

Номер темы	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость, час.
1	История ИВС.	18
2	Работоспособность и восстановление в ИВС.	18
3	Прогнозирование результатов в ИВС.	18

### Перечень экзаменационных вопросов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта»:

1. Определение и характеристика соревнований. Цель и задачи проведения соревнований.
2. Руководство соревнований.
3. Порядок финансирования соревнований. Информационное обеспечение, реклама.
4. Виды соревнований.
5. Организации, проводящие соревнования.
6. Обязанности организации, проводящей соревнования.
7. Общее понятие и характеристика Положения о соревнованиях.
8. Сроки и правила рассылки положения. Структура Положения о соревнованиях.
9. Изменения в Положении о соревнованиях и порядок действия.
10. Правила соревнований
11. Правила соревнований национальных и международных федераций. Приведение соответствий. Правила для ветеранов.
12. Порядок жеребьевки и распределения участников соревнований.
13. Порядок ведения спортивной борьбы.
14. Санкции за нарушения правил соревнований.
15. Программа соревнований.
16. Замена участников. Порядок замены участников соревнований.
17. Программа соревнований. Возможные изменения в программе соревнований. Форс-мажор. Погодные и иные условия.
18. Церемония открытия и закрытия соревнований. Парад участников соревнований.
19. Проведение соревнований.
20. Организация отдыха, питания и досуга участников соревнований.
21. Протесты. Порядок и сроки подачи протестов. Письменные протесты.
22. Апелляционное жюри (апелляционная комиссия). Сроки рассмотрения. Решения и обжалование решений.

23. Спортивные судьи и помощники, судейская коллегия
24. Состав судейской коллегии. Права и обязанности судей.
25. Главный судья соревнований. Права и обязанности главного судьи. Заместители главного судьи.
26. Судьи на местах. Распределение обязанностей судей. Стартовая бригада. Бригада арбитров. Финишная бригада. Хронометраж.
27. Категории участников соревнований (возрастные, квалификационные и т.д.). Возраст и квалификация спортсменов. Возрастные группы.
28. Допуск участников соревнований. Критерии допуска. Права и обязанности участников соревнований.
29. Взыскания к участникам соревнований: замечание, предупреждение, снятие с соревнований (дистанции), дисквалификация.
30. Устройство мест соревнований. Требования к местам соревнований. Оборудование и инвентарь соревнований. Требования к оборудованию и инвентарю.
31. Медицинское обслуживание соревнований. Обеспечение безопасности участников соревнований.
32. Определение победителей и награждение.
33. Фиксирование результата в соответствии с правилами соревнований. Регистрация лучших достижений. Национальные, региональные и мировые достижения.
34. Порядок и церемония награждения. Правила поведения на церемонии награждения.
35. Представители команд. Права и обязанности, полномочия официального представителя.
36. Определение понятия техники. Виды техники и индивидуальная вариативность.
37. Основа и детали техники.
38. Форма и содержание техники.
39. Периоды и фазы техники двигательного действия.
40. Темп, ритм, амплитуда, шаг (прокат).
41. Особенности техники в различных условиях (старт, финиш, ускорения): изменяющиеся и не изменяющиеся параметры.
42. Факторы, влияющие на технику ИВС
43. Изменения в технике ИВС под воздействием различных факторов.
44. Физическое утомление. Психологические факторы. Метеорологические факторы.
45. Влияние спортивного инвентаря и оборудования на технику.
46. Влияние уровня физической подготовленности, физических качеств на технику.
47. Эволюция и пути дальнейшего совершенствования техники ИВС.
48. Основные этапы в развитии техники ИВС.
49. Появление видов и разновидностей техники ведения спортивной борьбы в ИВС.
50. Основные пути и перспективы развития техники ИВС.
51. Типичные ошибки в технике ИВС.
52. Основные ошибки в технике ИВС.
53. Источники (предпосылки) ошибок в технике: физическая неподготовленность, физические качества, несовершенство инвентаря и условий при обучении, форсирование нагрузок, неоптимальный выбор средств и методов обучения.
54. Отличие «ошибки» от индивидуальных деталей или вариативности техники.
55. Общие основы обучения технике ИВС.
56. Основы обучения двигательным действиям: принципы, средства, методы.
57. Метод целостно-конструктивного упражнения.
58. Метод расчленено-конструктивного упражнения.
59. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
60. Обще-подготовительные и специально-подготовительные упражнения.
61. Сущность вспомогательных и подводящих упражнений.
62. Эффективные средства и методы в обучении техники.
63. Эффективные средства и методы при начальном обучении технике ИВС.

64. Использование имитационных движений. Использование специальных тренажеров.
65. Эффективные средства и методы в процессе совершенствования техники ИВС.
66. Основные этапы в обучении.
67. Спортивная тренировка как педагогический процесс: цель, задачи, основные функции и структура.
68. Общая характеристика основных сторон, видов и разновидностей спортивной подготовки.
69. Проблема всесторонней подготовки в спорте.
70. Спортивные занятия как основная организационная форма спортивной подготовки.
71. Общая характеристика типов, видов и разновидностей спортивных занятий по ИВС.
72. Форма и содержание занятий: их единство и взаимосвязь.
73. Характеристика составных компонентов структуры спортивного занятия.
74. Сущность разминки и «заминки».
75. Сущность физической подготовки.
76. Общая и специальная физическая подготовка.
77. Общая физическая подготовка: цель, задачи, характеристика средств и методов.
78. Специальная физическая подготовка: цель, задачи, характеристика средств и методов.
79. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки.
80. Оптимальный подбор наиболее эффективных средств и методов общей и специальной физической подготовки.
81. Средства физической подготовки спортсменов: принципы подбора и классификация.
82. Проблема «переноса» двигательных навыков.
83. Методы физической подготовки: их сущность, классификация и особенности применения.
84. Определение «ведущего» физического качества спортсмена и его взаимосвязь с остальными.
85. Проблема переноса физических качеств.
86. Структурная характеристика выносливости (силы, ловкости, быстроты, гибкости) и определение её видов и разновидностей.
87. Основные компоненты выносливости (силы) и их уровень на различных дистанциях (в различных условиях).
88. Возрастные особенности развития физических качеств в ИВС.
89. Сущность и общая характеристика «технической подготовки».
90. Этапы технической подготовки.
91. Общие основы и принципы обучения в ИВС.
92. Содержание общей физической подготовки спортсменов с технической направленностью.
93. Содержание специальной физической подготовки спортсменов с технической направленностью.
94. О рациональном соотношении общей и специальной «технической» подготовки.
95. Сущность и общая характеристика тактической подготовки спортсменов.
96. Этапы совершенствования тактического мастерства.
97. Содержание общей физической подготовки с тактической направленностью.
98. Содержание специальной физической подготовки с тактической направленностью.
99. О соотношении общей и специальной тактической подготовки спортсменов.
100. Сущность и общая характеристика психологической подготовки гребцов.
101. Основные компоненты психологической подготовки.
102. Проблемы волевой подготовки.
103. Содержание специальной физической подготовки с психологической направленностью.
104. Сущность и общая характеристика видов и разновидностей теоретической подготовки.
105. Сущность, структура и общая характеристика работоспособности.
106. Сущность и общая характеристика динамики работоспособности.
107. Основы методологии исследования динамики работоспособности спортсменов.

108. Динамика работоспособности спортсменов и ритмические колебания уровня физиологической активности его организма.
109. Сущность, структура и общая характеристика спортивной нагрузки.
110. Виды физических нагрузок.
111. Нагрузка физическая и функциональная.
112. Психологическая нагрузка.
113. Сущность двигательного действия, физического воздействия и характеристика видов.
114. Принципы соответствия физических нагрузок.
115. Принцип соответствия психологических и функциональных нагрузок.
116. Принцип пороговых нагрузок.
117. Принцип сверхнагрузок.
118. Понятие форсированных нагрузок.
119. Возрастные особенности и физические нагрузки.
120. Отдых как основной компонент структуры физической нагрузки и характеристика его видов.
121. Метод – как определенное взаимосочетание закономерностей построения физических воздействий и отдыха.
122. Проблемы расходования рабочих потенциалов и характеристика его видов разновидностей.
123. Субъективное и объективное выражение утомления.
124. Восстановление рабочих потенциалов и характеристика их видов и разновидностей.
125. Способ адаптации как определенное взаимосочетание закономерностей протекания процессов утомления и восстановления.
126. Основные формы динамики физической и функциональной нагрузок и их взаимосвязь.
127. Общая характеристика многолетней спортивной подготовки.
128. Сущность периодизации и этапности многолетней спортивной подготовки.
129. Основные этапы многолетней спортивной подготовки.
130. Сущность преемственности этапов многолетней спортивной подготовки.
131. Проблемы перехода из юношеского спорта во взрослый.
132. Понятие «спортивной формы» в системе многолетней спортивной подготовки.
133. Влияние возрастных особенностей на работоспособность спортсменов на различных этапах многолетней спортивной подготовки.
134. Понятие и сущность спортивного отбора.
135. Критерии спортивного отбора.
136. Виды спортивного отбора.
137. Методы спортивного отбора.

## **Дисциплина 10. ЛФК и спортивная медицина (72 ч).**

Результаты обучения: овладение профессионально значимыми компетенциями в области лечебной физической культуры и спортивной медицины.

### **Тема 1. Основы ЛФК, спортивной медицины и организация врачебного контроля. Гигиена в спорте.** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам. работа 6 ч).

ЛФК и массаж. Основы организации спортивной медицины в России. Медицинское обследование занимающихся физически культурой и спортом. Первичные, повторные и дополнительные обследования. Диспансерный метод наблюдения за спортсменами. Врачебные консультации. Врачебно-педагогические наблюдения. Санитарно-гигиенический контроль за занятиями физической культурой и спортом. Пропаганда занятий оздоровительной физической культурой и спортом. Врачебно-физкультурные диспансеры; задачи, структура, организация работы. Врачебно-физкультурные кабинеты; задачи, организация работы, Врачи средних, высших

учебных заведений, спортивно-оздоровительных лагерей, команд; задачи, организация работы. Ведомственные врачебно-физкультурные диспансеры, кабинеты; задачи, структура, организация работы. Роль общей сети лечебно-профилактических учреждений в медицинском обеспечении физкультурников и спортсменов. Организация медицинского обеспечения на сборах, на соревнованиях различного уровня с учетом особенностей вида спорта. Учетная и отчетная документация по врачебному контролю за спортсменами.

**Тема 2. Функциональная диагностика в физическом воспитании и спорте. Здоровье спортсмена.** (лекция 2ч, практич. 18ч, сам.работа 6 ч).

Задачи и методы врачебных наблюдений за занимающимися физкультурой и спортом. Методы врачебно-педагогических наблюдений. Оценка воздействия физических нагрузок по субъективному состоянию, по визуальным признакам утомления. Физиологическая кривая урока, тренировки. Анамнез. Антропометрия. Соматоскопические методы обследования. Методы исследования сердечно-сосудистой системы. Телеметрия. Электрокардиография. Особенности исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Брадикардия. Гипотония. Синдром регулируемой гиподинамии и гипердинамии. Интегральная оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Исследование функционального состояния внешнего дыхания, ЖЕЛ, мощность вдоха, выдоха. Интегральная оценка функционального состояния аппарата внешнего дыхания. Понятие о кислородной емкости крови. Транспортная функция крови. Интегральное определение функционального состояния кардио-респираторной системы, аэробной производительности. Функциональные пробы РWC170 и МПК. Аэробная производительность у лиц разного пола возраста; у спортсменов различной специализации и квалификации. Исследование нервной системы; клино и ортостатическая проба. Исследование функционального состояния мышечной системы у спортсмена. Определение анаэробной производительности. Особенности обследования детей и подростков. Допинги и антидопинговый контроль в спорте.

**Тема 3. Сопровождение спортсменов и спортивных сборных команд** (практ. 14ч, сам.раб. 6 ч).

Сопровождение команд и спортсменов. углубленное медицинское обследование. Цель и задачи восстановления в спорте. Восстановление после травм, заболеваний, перетренированности. Восстановление в тренировочном процессе для переносимости нагрузок в режиме суток, в циклах — недельном, мезоцикле, годовом цикле; восстановление перед и после соревнований. Повышение спортивной готовности восстановительными средствами. Средства восстановления: педагогические — чередование нагрузок, восстановительные тренировки, восстановительные, дни, циклы. Восстановительное питание, восстановительный сон, Физические средства восстановления: массаж, электростимуляция, водные процедуры, сауна, ванны, восстановление путем воздействия на биологически активные точки. Медикоментозные средства восстановления: витамины, анаболические препараты (негормональные, мази, растирки); комплексные системы восстановления в различных видах спорта.

**Перечень практических занятий**

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость, час.
1	Основы ЛФК, спортивной медицины и организация врачебного контроля. Гигиена в спорте.	18
2	Функциональная диагностика в физическом воспитании и спорте. Здоровье спортсмена.	18
3	Сопровождение спортсменов и спортивных сборных команд	14

Самостоятельная работа

Номер темы	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость, час.
1	Первичный осмотр при ЛФК	6
2	Наблюдение за состоянием здоровья, функциональным состоянием, переносимостью физических нагрузок в процессе тренировок или участия в соревнованиях	6
3	Тотальные размеры тела, пропорции тела, состав массы тела, соматотип, позвоночный столб, стопа, гистоморфологические показатели мышечных волокон, мышечная сила, подвижность в суставах, плотность тела	6

**Перечень зачетных вопросов по дисциплине «ЛФК и спортивная медицина»:**

1. Спортивная медицина — часть общей медицины, организация. Основные формы медицинского обеспечения занимающихся физической культурой и спортом
2. Основные задачи врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой и спортом. Диспансерный метод медицинского обеспечения как основной принцип врачебного контроля за спортсменами.
3. Функциональная диагностика, ее задачи и значение в спортивной медицине. Классификация функциональных проб, используемых в спортивной практике.
4. Значение исследований сердечно-сосудистой системы при оценке состояния здоровья и уровня функциональных возможностей организма. Анамнез и физические методы исследования сердечно-сосудистой системы (пальпация, перкуссия, аускультация).
5. Основные рентгенологические (рентгеноскопия, рентгенография, телерентгенография, рентгенокимография) и электрофизиологические (электрокардиография, фонокардиография, поликардиография) методы исследования сердца, их диагностические возможности.
6. Основные пути адаптации сердца к физическим нагрузкам. Современные представления о физиологической и патологической гипертрофии миокарда.
7. Сущности метода электрокардиографии. Основные зубцы, сегменты и интервалы ЭКГ. Особенности ЭКГ у спортсменов в состоянии покоя, во время выполнения физической нагрузки и после нее.
8. Определение и оценка величины артериального давления. Факторы, определяющие уровень максимального и минимального АД. Повышенное и пониженное АД у спортсменов, специализирующихся в различных видах спорта. Прессорные и депрессорные пробы.
9. Основные функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: пробы PWC170 и Гарвардского степ-теста (методика их определения, расчет показателей, оценка результатов).
10. Проба Летунова(методика проведения и оценки). Нормотонический и гипертонические типы реакций на физическую нагрузку.
11. Гипотонические, диастолические типы реакций и реакция со ступенчатым подъемом максимального АД в пробе Летунова. Их интерпретация.
12. Система внешнего дыхания как один из основных факторов аэробной производительности организма. Механизмы, обеспечивающие увеличение производительности системы дыхания спортсмена.
14. Основные параметры, характеризующие легочную вентиляцию (ЖЕЛ), МОД, МВЛ, возможность вдоха и выдоха, сила дыхательной мускулатуры. Их определение и оценка.
15. Функциональные пробы системы внешнего дыхания: пробы Штанге, Генчи, Серкина (методика их определения и оценки).
16. Функциональные пробы системы внешнего дыхания: пробы Розенталя и динамической спирометрии, определение и оценка ФЖЕЛ).
17. Основные методы исследования черепно-мозговых нервов (зрительного, глазодвигательного, тройничного, лицевого и слухового).
18. Основные методы исследования и оценки функционального состояния зрительного аппарата.

19. Основные методы исследования двигательной и чувствительной сферы.
20. Основные методы исследования и оценки функционального состояния вестибулярного анализатора.
21. Основные методы исследования и оценки функционального состояния вегетативной нервной системы.
22. Основные методы исследования и оценки функционального состояния нервно-мышечного аппарата.
23. Анамнез, физические (пальпация, перкуссия, аускультация), рентгенологические (рентгеноскопия, рентгенография) и лабораторные методы исследования органов пищеварения.
24. Влияние физических нагрузок на секреторную и моторную функции желудка, моторику желчевыводящих путей. Печеночный болевой синдром у спортсменов, механизмы его возникновения, профилактика и лечение.
25. Влияние физических нагрузок на системы мочевого выделения. Физиологические и патологические изменения в моче. Синдром перенапряжения почек у спортсменов, механизм возникновения, профилактика, лечение.
26. Срочное и кумулятивное влияние физических нагрузок на гематологические показатели у спортсменов (ОЦК, показатели красной и белой крови), три стадии миогенного лейкоцитоза.
27. Принципы распределения занимающихся физической культурой на медицинские группы. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой и спортом.
28. Особенности врачебного контроля за детьми и подростками, занимающимися физической культурой и спортом.
29. Особенности врачебного контроля за лицами старшего и пожилого возраста, занимающимися физической культурой.
30. Особенности врачебного контроля за спортсменами, тренирующимися в условиях среднегорья и высокогорья.
31. Медико-биологические показатели, используемые для срочной оценки эффекта тренировки (в зависимости от специализации).
32. Медико-биологические показатели, используемые для оценки скорости восстановления после тренировочных занятий (текущего состояния).
33. Медико-биологические показатели, используемые для оценки кумулятивного эффекта тренировки (тесты и критерии оценки аэробной и анаэробной производительности организма).
34. Состояние переутомления и перетренированности у спортсменов (причины возникновения, клиничко-электрофизиологическая карта, профилактика, лечение).
36. Острое перенапряжение сердца у спортсменов (причины возникновения, формы проявления, симптоматика, неотложная помощь).
37. Боли в области сердца у спортсменов (кардиальные и электрокардиальные). Факторы, их вызывающие.
38. Стенокардия и инфаркт миокарда. Понятие о коронарных и некоронарных инфарктах миокарда (причины возникновения, симптомы, неотложная помощь).
39. Торако-кардиальный синдром у спортсменов, миокардит, миокардиодистрофия.
40. Острая левожелудочковая и правожелудочковая недостаточность сердца (причины возникновения, механизм развития, симптомы, неотложная терапия).
41. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, при ожогах и отморожениях.
42. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях.
43. Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах и переломах.
44. Горная болезнь и снежная слепота (клиника, профилактика и неотложная помощь).
45. Гипогликемические состояния (клиника, профилактика, лечение).
46. Классификация и характеристика основных средств восстановления, используемых в спортивной практике.
47. Фармакологические средства, используемые в целях ускорения процессов восстановления и повышения физической работоспособности, особенности их применения.

48. Понятие о допинге. Классификация веществ, относящихся к допингам. Организация антидопингового контроля на крупных соревнованиях.

49. Современное представление о болезни. Внутренние и внешние причины.

50. Понятия об острых, подострых и хронических заболеваниях. Периоды и исходы болезней.

51. Понятие о реактивности в резистентности, наследственности и конституции. Их роль в патологии. Влияние занятий физической культурой и спортом на реактивность организма.

52. Анафилаксия и аллергия, их сущность и проявление.

53. Расстройство крово- и лимфообращения (гиперемия, ишемия, анемия, стаз).

54. Расстройство крово- и лимфообращения (инфаркт, тромбоз, эмболия).

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

#### 3.1. Материально-технические условия реализации программы

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория: № 247, № 242, № 245, № 240, №239, № 238 (ул. Зорге, 5)	лекции	компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска
Аудитория: № 156, №157, № 301, №302, № 317 № 323, №324, № 336 (ул. Зорге, 5)	практические занятия	компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска

#### 3.2. Кадровое обеспечение реализации программы

№ п/п	ФИО преподавателей	Ученое звание, степень, должность	Общий стаж работы, лет	Опыт работы по профилю ДПП
1	Бабаев Магамед Амрах оглы	доцент, к.п.н., доцент	35	10
2	Баршай Владимир Мордухович	профессор, к.п.н., профессор	53	20
3	Белавкина Марина Валерьевна	доцент, к.п.н., доцент	17	8
4	Бондин Виктор Иванович	профессор, д.п.н., зав.кафедрой ТОФВ	42	15
5	Дмитренко Лариса Михайловна	к.б.н., доцент	21	7
6	Жердева Татьяна Федоровна	ст.преподаватель	24	8
7	Капустина Елена Владимировна	к.б.н., доцент	15	8
8	Кириллова Татьяна Георгиевна	доцент, к.б.н., доцент	25	10
9	Клименко Александр Иванович	профессор, к.п.н., профессор	60	12
10	Кривсун Софья Нишановна	доцент, к.п.н., доцент	17	8
11	Лысенко Алла Викторовна	профессор, д.б.н., профессор	29	12
12	Овчинникова Алия Якубовна	доцент, к.п.н., доцент	37	12
13	Пономарева Ирина Александровна	к.м.н., доцент	25	25
14	Почекаева Елена Ивановна	доцент, д.б.н., профессор	30	20



15	Степанова Татьяна Анатольевна	доцент, к.п.н., директор академии ФКиС	29	12
16	Тулупчи Наталья Викторовна	доцент, к.п.н., доцент	36	12
17	Усенко Сергей Владимирович	к.п.н., доцент	17	6
18	Фомин Виктор Леонидович	к.м.н., доцент	24	5
19	Чертов Николай Викторович	доцент, к.п.н., зав.кафедрой спортдисциплин	20	10
20	Чертов Олег Викторович	доцент	18	8
21	Шпакова Вера Анатольевна	доцент, к.п.н., доцент	25	8

### 3.3. Учебно-методическое обеспечение реализации программы

#### 3.3.1. Дисциплина 1. Правовые основы ФК

##### Основная литература:

1. Бородулина, Т. П. Правовые основы физической культуры и спорта в Российской Федерации: учебное пособие / Т. П. Бородулина, Т. Л. Платунова. — Барнаул: Алтайский государственный педагогический университет, 2015. — 116 с. — ISBN 978-5-88210-784-9. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/102852.html>
2. Бабушкин Е.Г. Физическая культура. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Г. Бабушкин, В.А. Барановский, Л.Н. Вериго. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный институт сервиса, 2012. — 124 с. — 978-5-93252-255-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/12706.html>
3. Виноградов П.А. О состоянии и тенденциях развития физической культуры и массового спорта в Российской Федерации (по результатам социологических исследований) [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 144 с. — 978-5-9718-0677-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40791.html>
4. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html>
5. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html>
6. Совершенствование структуры управления адаптивной физической культурой и контроля спортивной подготовки в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья: монография / Т. П. Бегидова, М. В. Бегидов, И. Е. Попова [и др.]; под редакцией Т. П. Бегидовой. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 202 с. — ISBN 978-5-4497-0953-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103445.html>
7. Теория, методика и практика физического воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч.Т. Иванков [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 с. — 978-5-4263-0177-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html>

##### Дополнительная литература

8. Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / М.А. Аварханов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей, 2013. — 230 с. — 978-5-7042-2420-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23972.html>
9. Братановский С.Н. Система муниципального управления физической культурой и спортом в России. Правовые основы организации и деятельности [Электронный ресурс]: монография / С.Н. Братановский, М.Г. Вулах, М.С. Братановская. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Электронно-библиотечная система IPRbooks, 2012. — 167 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8999.html>
10. Виноградов П.А. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000–2012 годы) [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 186 с. — 978-5-9718-0682-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40827.html>
11. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсеева. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 96 с. — 978-5-9718-0684-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40820.html>
12. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 [Электронный ресурс]: сборник материалов научно-практической конференции МГСУ (20–21 июня 2013 г., Москва) / О.В. Борисова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 272 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
13. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. — 131 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259.html>
14. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.В. Починкин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2010. — 263 с. — 978-5-9718-0471-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/5041.html>
15. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А.В. Аверкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 206 с. — 978-5-85094-594-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51800.html>
16. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (20 июня 2014 года) / Е.З. Абросимов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2014. — 181 с. — 978-5-85094-568-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51801.html>

### 3.3.2. Дисциплина 2. Социология ФК

#### Основная литература:

1. Воробьев, А. В. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие / А. В. Воробьев, Т. В. Михеева. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2002. — 91 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/64960.html>
2. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. —

- Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101283.html>
3. Евсева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html>
  4. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88510.html>
  5. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
  6. Совершенствование структуры управления адаптивной физической культурой и контроля спортивной подготовки в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья: монография / Т. П. Бегидова, М. В. Бегидов, И. Е. Попова [и др.]; под редакцией Т. П. Бегидовой. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 202 с. — ISBN 978-5-4497-0953-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103445.html>
  7. Теория, методика и практика физического воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч.Т. Иванков [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 с. — 978-5-4263-0177-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html>

#### **Дополнительная литература**

8. Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / М.А. Аварханов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей, 2013. — 230 с. — 978-5-7042-2420-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23972.html>
9. Димова А.Л. Социально-биологические основы физической культуры [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов / А.Л. Димова, Р.В. Чернышева. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2005. — 60 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9880.html>
10. Димова А.Л. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов / А.Л. Димова, Р.В. Чернышева. — Электрон. текстовые данные. — Смоленск: Советский спорт, Маджента, 2004. — 60 с. — 5-98156-023-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9881.html>
11. Орлова С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для абитуриентов / С.В. Орлова. — Электрон. текстовые данные. — Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2011. — 154 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15687.html>
12. Филимонова С.И. Самореализация педагога по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: монография / С.И. Филимонова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский городской педагогический университет, 2013. — 278 с. — 5-7264-0439-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26592.html>

### **3.3.3. Дисциплина 3. Педагогика ФК**

### Основная литература:

1. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 296 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65001.html>
2. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88510.html>
3. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
4. Теория, методика и практика физического воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч.Т. Иванков [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 с. — 978-5-4263-0177-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html>
5. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.С. Григорович [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2014. — 351 с. — 978-985-06-2431-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35564.html>
6. Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами психологического развития: учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 196 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95632.html>
7. Шапкова, Л. В. Методика написания контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ по адаптивной физической культуре: учебное пособие / Л. В. Шапкова. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2006. — 55 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/29978.html>

### Дополнительная литература

8. Гонсалес С.Е. Вариативность содержания занятий студентов по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс]: монография / С.Е. Гонсалес. — Электрон. текстовые данные. — М.: Российский университет дружбы народов, 2013. — 196 с. — 978-5-209-05468-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22164.html>
9. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсеева. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 96 с. — 978-5-9718-0684-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40820.html>
10. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2010. — 296 с. — 978-5-9718-0453-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9868.html>
11. Попков В.Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Н. Попков. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2011. — 288 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65009.html>

12. Филимонова С.И. Самореализация педагога по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: монография / С.И. Филимонова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский городской педагогический университет, 2013. — 278 с. — 5-7264-0439-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26592.html>

### 3.3.4. Дисциплина 4. Психология ФК

#### Основная литература:

1. Психология физической культуры: учебник / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. А. Науменко [и др.]; под редакцией Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 624 с. — ISBN 978-5-906839-11-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55586.html>
2. Рипа, М. Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть I : учебно-методическое пособие / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — Москва : Московский городской педагогический университет, 2013. — 288 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26508.html>
3. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88510.html>
4. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
5. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.С. Григорович [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2014. — 351 с. — 978-985-06-2431-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35564.html>

#### Дополнительная литература

6. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для вузов физической культуры. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. — 122 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65061.html>
7. Психология физической культуры и спорта: практикум / составители И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 91 с. — ISBN 978-5-4497-0169-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86453.htm>

### 3.3.5. Дисциплина 5. Теория и методика физического воспитания

#### Основная литература:

1. Бабушкин Е.Г. Физическая культура. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Г. Бабушкин, В.А. Барановский, Л.Н. Вериго. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный институт сервиса, 2012. — 124 с. — 978-5-93252-255-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/12706.html>
2. Виноградов П.А. О состоянии и тенденциях развития физической культуры и массового спорта в Российской Федерации (по результатам социологических исследований) [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 144 с. — 978-5-9718-0677-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40791.html>
3. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов:

- Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
4. Теория, методика и практика физического воспитания [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч.Т. Иванков [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 с. — 978-5-4263-0177-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html>
  5. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.С. Григорович [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2014. — 351 с. — 978-985-06-2431-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35564.html>
  6. Шапкова, Л. В. Методика написания контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ по адаптивной физической культуре: учебное пособие / Л. В. Шапкова. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2006. — 55 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/29978.html>

#### Дополнительная литература

7. Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / М.А. Аварханов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей, 2013. — 230 с. — 978-5-7042-2420-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23972.html>
8. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть. — Электрон. текстовые данные. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. — 431 с. — 978-5-238-01157-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15491.html>
9. Германов Г.Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование» / Г.Н. Германов. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Элист, 2017. — 303 с. — 978-5-87172-082-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52019.html>
10. Гонсалес С.Е. Вариативность содержания занятий студентов по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс]: монография / С.Е. Гонсалес. — Электрон. текстовые данные. — М.: Российский университет дружбы народов, 2013. — 196 с. — 978-5-209-05468-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22164.html>
11. Димова А.Л. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов / А.Л. Димова, Р.В. Чернышева. — Электрон. текстовые данные. — Смоленск: Советский спорт, Маджента, 2004. — 60 с. — 5-98156-023-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9881.html>
12. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 [Электронный ресурс]: сборник материалов научно-практической конференции МГСУ (20—21 июня 2013 г., Москва) / О.В. Борисова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 272 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
13. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. — 131 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259.html>

14. Кравчук В.И. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: справочник для студентов гуманитарных специальностей / В.И. Кравчук. — Электрон. текстовые данные. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2006. — 44 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56528.html>
15. Орлова С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для абитуриентов / С.В. Орлова. — Электрон. текстовые данные. — Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2011. — 154 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15687.html>
16. Попков В.Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Н. Попков. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2011. — 288 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65009.html>
17. Пшеничников А.Ф. Физическая культура студента. (Методико-практические занятия) [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Ф. Пшеничников. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 218 с. — 978-5-9227-0386-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19345.html>
18. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года) / Р.Р. Абдуллин [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 164 с. — 978-5-85094-592-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>
19. Фитнес и физическая культура [Электронный ресурс]: методические указания. — Электрон. текстовые данные. — Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 44 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22630.html>

### 3.3.6. Дисциплина 6. Анатомия, спортивная морфология и физиология

#### Основная литература:

1. Иваницкий, М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник для институтов физической культуры / М. Ф. Иваницкий; под редакцией Б. А. Никитюк, А. А. Гладышева, Ф. В. Судзиловский. — 14-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74290.html>
2. Караулова, Л. К. Физиологические основы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Л. К. Караулова, М. М. Расулов. — Москва: Московский городской педагогический университет, 2010. — 68 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26642.html>
3. Налобина, А. Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий: учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 507 с. — ISBN 978-5-4488-0269-0, 978-5-4497-0028-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85498.html>
4. Тристан, В. Г. Физиологические основы физической культуры и спорта. Часть 1: учебное пособие / В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2001. — 96 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/64982.html>
5. Тристан, В. Г. Физиологические основы физической культуры и спорта. Часть 2: учебное пособие / В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2001. — 60 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/64983.html>

6. Федюкович, Н. И. Анатомия и физиология человека: учебник / Н. И. Федюкович. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. — 574 с. — ISBN 978-5-222-35193-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/102169.html>
7. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 110 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64984.html>

#### **Дополнительная литература**

8. Димова А.Л. Социально-биологические основы физической культуры [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов / А.Л. Димова, Р.В. Чернышева. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2005. — 60 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9880.html>
  9. Пшеничников А.Ф. Физическая культура студента. (Методико-практические занятия) [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.Ф. Пшеничников. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 218 с. — 978-5-9227-0386-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19345.html>
  10. Учебный алфавитно-тематический словарь по адаптивной физической культуре / составители Т. А. Федорова, М. Н. Исаков. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. — 152 с. — ISBN 978-5-85218-996-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86393.html>
  11. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года) / Р.Р. Абдуллин [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 164 с. — 978-5-85094-592-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>
- 3.3.7. Дисциплина 7. Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология.**

#### **Основная литература:**

1. Аварханов, М. А. Биометрия в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / М. А. Аварханов. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2015. — 120 с. — ISBN 978-5-4263-0207-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/69997.html>
2. Бабушкин Е.Г. Физическая культура. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Г. Бабушкин, В.А. Барановский, Л.Н. Вериго. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный институт сервиса, 2012. — 124 с. — 978-5-93252-255-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/12706.html>
3. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html>
4. Налобина, А. Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий: учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 507 с. — ISBN 978-5-4488-0269-0, 978-5-4497-0028-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85498.html>



5. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.В. Сахарова, Р.А. Дерина, О.И. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013. — 94 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361.html>
6. Шапкова, Л. В. Методика написания контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ по адаптивной физической культуре: учебное пособие / Л. В. Шапкова. — Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2006. — 55 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/29978.html>

#### **Дополнительная литература**

1. Естественно-научные основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник / А.Г. Катранов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2014. — 464 с. — 978-5-9718-0697-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40777.html>
2. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 [Электронный ресурс]: сборник материалов научно-практической конференции МГСУ (20—21 июня 2013 г., Москва) / О.В. Борисова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 272 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
3. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. — 131 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259.html>
4. Попков В.Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Н. Попков. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2011. — 288 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65009.html>
5. Учебный алфавитно-тематический словарь по адаптивной физической культуре / составители Т. А. Федорова, М. Н. Исаков. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. — 152 с. — ISBN 978-5-85218-996-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86393.html>

#### **3.3.8. Дисциплина 8. Менеджмент физической культуры и спорта.**

##### **Основная литература:**

1. Виноградов П.А. О состоянии и тенденциях развития физической культуры и массового спорта в Российской Федерации (по результатам социологических исследований) [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 144 с. — 978-5-9718-0677-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40791.html>
2. Димова А.Л. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов / А.Л. Димова, Р.В. Чернышева. — Электрон. текстовые данные. — Смоленск: Советский спорт, Маджента, 2004. — 60 с. — 5-98156-023-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9881.html>
3. Дресвянников В.А. Менеджмент организации [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Дресвянников, О.Е. Чуфистов, А.Б. Зубков. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2014. — 137 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23580.html>
4. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный

- университет, 2012. — 131 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259.html>
5. Маркетинг спорта [Электронный ресурс] / Апостолопулу Артемисия [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Альпина Паблишер, 2017. — 706 с. — 978-5-9614-1095-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/68011.html>
  6. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.В. Починкин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2017. — 384 с. — 978-5-906839-55-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57795.html>

#### **Дополнительная литература**

1. Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / М.А. Аварханов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей, 2013. — 230 с. — 978-5-7042-2420-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23972.html>
2. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть. — Электрон. текстовые данные. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. — 431 с. — 978-5-238-01157-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15491.html>
3. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 [Электронный ресурс]: сборник материалов научно-практической конференции МГСУ (20—21 июня 2013 г., Москва) / О.В. Борисова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 272 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
4. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А.В. Аверкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 206 с. — 978-5-85094-594-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51800.html>
5. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (20 июня 2014 года) / Е.З. Абросимов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2014. — 181 с. — 978-5-85094-568-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51801.html>

#### **3.3.9. Дисциплина 9. Теория и методика избранного вида спорта.**

##### **Основная литература:**

1. Аварханов, М. А. Биометрия в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / М. А. Аварханов. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2015. — 120 с. — ISBN 978-5-4263-0207-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/69997.html>
2. Бабушкин Г.Д. Интегральная подготовка спортсменов: учебное пособие для магистрантов / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2021. — 100 с.
3. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Текст] / В. М. Зациорский. — 5-е изд. стереотип. — М.: Спорт, 2020 — 200 с.: ил.
4. Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В. Б. Иссурин. — М.: Советский спорт, 2010. — 283 с.
5. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин — М.: Спорт, 2016. — 464 с.

6. Квашук П.В. Дифференцированный подход к построению тренировочного процесса юных спортсменов на этапах многолетней подготовки: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / П. В. Квашук. - М., 2003. -227 с.
7. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л. П. Матвеев. - М.: Советский спорт, 2010. - 340 с.
8. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки/ Н.Г. Озолин. - М.: ФиС, 2011. - 479 с.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.
10. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. — Москва: Издательство «Спорт», 2019. — 656 с.
11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 11-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 480с.
12. Чертов Н.В. Физическая культура: учебное пособие. – Ростов-на-Дону: Издательский центр ЮФУ, 2012

#### Дополнительная литература

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть. — Электрон. текстовые данные. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. — 431 с. — 978-5-238-01157-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15491.html>
2. Братановский С.Н. Система муниципального управления физической культурой и спортом в России. Правовые основы организации и деятельности [Электронный ресурс]: монография / С.Н. Братановский, М.Г. Вулах, М.С. Братановская. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Электронно-библиотечная система IPRbooks, 2012. — 167 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8999.html>
3. Виноградов П.А. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000–2012 годы) [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 186 с. — 978-5-9718-0682-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40827.html>
4. Германов Г.Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование» / Г.Н. Германов. — Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Элист, 2017. — 303 с. — 978-5-87172-082-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52019.html>
5. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 [Электронный ресурс]: сборник материалов научно-практической конференции МГСУ (20—21 июня 2013 г., Москва) / О.В. Борисова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 272 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
6. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012. — 131 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22259.html>
7. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс]: материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А.В. Аверкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский

гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 206 с. — 978-5-85094-594-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51800.html>

### 3.3.10. Дисциплина 10. ЛФК и спортивная медицина

#### Основная литература:

1. Акатова, А. А. Врачебный контроль в лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре: учебное пособие / А. А. Акатова, Т. В. Абызова. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. — 102 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70620.html>
2. Аварханов, М. А. Биометрия в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / М. А. Аварханов. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2015. — 120 с. — ISBN 978-5-4263-0207-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/69997.html>
3. Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеев. — Москва: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55569.html>
4. Караулова, Л. К. Физиологические основы адаптивной физической культуры: учебное пособие / Л. К. Караулова, М. М. Расулов. — Москва: Московский городской педагогический университет, 2010. — 68 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26642.html>
5. Налобина, А. Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий: учебное пособие для СПО / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — Саратов: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 507 с. — ISBN 978-5-4488-0269-0, 978-5-4497-0028-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85498.html>
6. Рипа, М. Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть I : учебно-методическое пособие / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — Москва : Московский городской педагогический университет, 2013. — 288 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26508.html>
7. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88510.html>
8. Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами психологического развития: учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 196 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95632.html>

#### Дополнительная литература

9. Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие. Специальность 050720 – «Физическая культура». Направление подготовки 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки – «Физическая культура» / М.Г. Ишмухаметов. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный

- гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 160 с. — 978-5-85218-635-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32103.html>
10. Учебный алфавитно-тематический словарь по адаптивной физической культуре / составители Т. А. Федорова, М. Н. Исаков. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. — 152 с. — ISBN 978-5-85218-996-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86393.html>
11. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года) / Р.Р. Абдуллин [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 164 с. — 978-5-85094-592-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51799.html>

### **3.3.11. Интернет-ресурсы:**

1. <http://www..sfedu.ru>
2. <http://www.academsport.sfedu.ru>
3. <http://www.sport.sfedu.ru>
4. <https://www.iprbookshop.ru/?&accessDenied>

### **3.3.12. Учебно-лабораторное оборудование:**

- метаболограф VO 2000;
- «Глобал М»;
- психофизиолог;
- анализатор состава тела «Медасс»;
- стабиллоплатформа

### **3.3.13. Программное обеспечение:**

- Microsoft Windows, Microsoft Office, Windows CAL's - Государственный контракт № SC-P/5679-01/07 от 04.12.2007г., с 21.12.2007 г. (срок использования ПО неограничен)
- ABBYY FineReader, ABBYY Lingvo - Государственный контракт № SC-P/5679-01/07 от 04.12.2007 г., с 21.12.2007 г. (срок использования ПО неограничен)
- Adobe Creative Suite (Photoshop, Illustrator), Adobe Dreamweaver - Государственный контракт № SC-P/5679-01/07 от 04.12.2007г., с 21.12.2007 г. (срок использования ПО неограничен)
- Acrobat Professional - Государственный контракт № SC-P/5679-01/07 от 04.12.2007г., с 21.12.2007 г. (срок использования ПО неограничен)
- Corel Draw - Государственный контракт № SC-P/5679-01/07 от 04.12.2007 г., с 21.12.2007 г. (срок использования ПО неограничен)
- MS Visio Pro - Государственный контракт № 02-ОА/49-08 от 06.11.2008 г., с 06.11.2008 г. (срок использования ПО неограничен)
- MS Visual Studio - Государственный контракт № 02-ОА/49-08 от 06.11.2008 г., с 06.11.2008 г. (срок использования ПО неограничен)
- MathCad - Государственный контракт № 02-ОА/49-08 от 06.11.2008 г., с 06.11.2008 г. (срок использования ПО неограничен)
- 1С: Предприятие - Государственный контракт № 2009-11-55 от 20.11.2009 г., с 17.12.2009 г. (срок использования ПО неограничен)
- Matlab - Государственный контракт № 2009-11-55 от 20.11.2009 г., с 17.12.2009 г. (срок использования ПО неограничен)
- Maple - Государственный контракт № 2009-11-55 от 20.11.2009 г., с 17.12.2009 г. (срок использования ПО неограничен)
- Origin Pro for Multipleusers (Lablincerse) - Государственный контракт № 2009-11-55 от 20.11.2009 г., с 17.12.2009 г. (срок использования ПО неограничен)

- Autodesk Academic Edition Suite - Государственный контракт № 2009-11-55 от 20.11.2009 г., с 17.12.2009 г. (срок использования ПО не ограничен)
- Project Expert 7 - Договор №232.02.02.03-16/57 от 28.11.2017 г., с 28.11.2017 г. (срок использования ПО не ограничен)

## **4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **Критерии оценивания качества освоения программы по дисциплинам, имеющим форму оценивания зачет.**

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если: он знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, если: он не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по дисциплине, не в полной мере владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

### **Критерии оценивания качества освоения программы по дисциплинам, имеющим форму оценивания экзамен.**

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает высокий уровень сформированности знаний, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает повышенный уровень сформированности знаний по дисциплине, твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает пороговый уровень сформированности компетенций, имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он обнаруживает недостаточное освоения порогового уровня сформированности компетенций, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

**Итоговая аттестация** проводится в форме предоставления и защиты выпускной аттестационной работы.

### **Критерии оценивания итоговой аттестационной работы:**

Критерии оценки обсуждаются и утверждаются на Совете Академии физической культуры и спорта ЮФУ.

Критериями оценки итоговой аттестационной работы являются следующие положения:

- обоснованность выбора и актуальность темы;
- уровень осмысления теоретических вопросов и обобщения собранного материала, обоснованность и четкость сформулированных выводов;
- четкость структуры и логичность изложения материала;
- методологическая обоснованность исследования;
- применение навыков самостоятельной экспериментально-исследовательской работы;
- объем и уровень анализа научной литературы по исследуемой проблеме;

- владение научным стилем изложения, орфографическая и пунктуационная грамотность;
- соответствие формы представленной работы требованиям, предъявляемым к оформлению данной работы;
- содержание отзывов руководителя и рецензента; качество устного доклада;
- глубина и точность ответов на вопросы, замечания и рекомендации во время защиты работы.

Итоговая аттестационная работа оценивается по четырехбалльной системе ("отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно").

Оценка **«ОТЛИЧНО»** выставляется при всестороннем обосновании актуальности темы исследования. В теоретической части работы проведен глубокий анализ современного состояния решаемой проблемы; освещены вопросы ее изучения; полно и четко представлена система основных научных понятий и категорий; в результате анализа фактологического материала сформулированы гипотеза и конкретные задачи исследования; продемонстрирована хорошая осведомленность выпускника в современных методиках сбора и обработки экспериментальных данных в соответствии с проблемой исследования; изложение содержания и результатов работы иллюстрируется графиками, схемами, таблицами и т.д.; в заключении сформулированы самостоятельные выводы, подтверждена гипотеза, определены перспективы дальнейшего развития работы; работа написана научным логическим языком.

Оценка **«ХОРОШО»** выставляется, если: раскрыта актуальность исследования; в теоретической части представлен основной круг литературных данных по проблеме; описаны теоретические подходы к ее решению; сформулированы гипотеза и задачи исследования, представлены адекватные задачам методы исследования; в заключении сформулированы основные выводы; работа оформлена в соответствии с настоящими требованиями, однако, в раскрытии темы преобладают описательный характер, не представлена собственная точка зрения.

Оценка **«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»** выставляется, если: актуальность темы раскрыта верно; теоретический анализ изучаемой проблемы дан описательно; библиография ограничена; суждения слабо аргументированы; поставленные цели и задачи исследования разработаны недостаточно; в заключении представлены выводы по теме исследования.

В случае если большая часть требований, предъявляемых к итоговой аттестационной работе не выполнена, работа оценивается **«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»**.

### **Примерная тематика итоговых аттестационных работ**

1. Совершенствование спортивной подготовки (вид спорта на выбор).
2. Совершенствование технико-тактических действий спортсменов (вид спорта на выбор).
3. Оптимизация общей физической подготовки спортсменов (вид спорта на выбор).
4. Особенности сопровождения спортсменов высокого класса.
5. Эффективное проведение урока по физической культуре в школе.
6. Совершенствование специальной физической подготовки спортсменов (вид спорта на выбор).
7. Особенности планирования больших циклов при подготовке в сборных командах.
8. Совершенствование организационно-управленческой структуры в профессиональных клубах.
9. Организация спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях.
10. Организация студенческих спортивных клубов.
11. Оптимизация физического воспитания в вузе.
12. Эффективность коммерческой деятельности физкультурно-спортивных организаций.
13. Совершенствование многолетней системы спортивной подготовки в спорте.
14. Инновационные технологии в обеспечении тренировочного процесса.
15. Совершенствование образовательного процесса в ДЮСШ (СШ).
16. Влияние социально-гигиенических факторов и образа жизни на здоровье спортсменов.
17. Совершенствование системы управления деятельностью спортивных школ и центров спортивной подготовки.

### **Требования к итоговой аттестационной работе по форме, объему, структуре**

Итоговая аттестационная работа представляет собой работу, выполняемую на базе теоретических знаний и практических навыков в области физической культуры и спорта. Итоговая аттестационная работа является итогом работы за весь период обучения. Итоговая аттестационная

работа является ведущей формой оценки качества практической и теоретической подготовленности выпускника.

Для подготовки каждому выпускнику назначается руководитель.

К выполнению итоговой аттестационной работы допускаются слушатели, успешно прошедшие к этому времени все формы предшествующих аттестационных испытаний по дисциплинам, предусмотренных соответствующим учебным планом.

Руководители и темы утверждаются на заседаниях соответствующей кафедры и оформляются приказом по университету.

Итоговая аттестационная работа состоит из оглавления (содержания), введения, теоретической и практической частей, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, приложений (при необходимости).

Во введении обосновывается актуальность и практическая значимость рассматриваемой проблемы, ставятся цель и задачи исследования.

В первой главе работы должен быть представлен литературный обзор, содержащий разносторонний анализ проблемы исследования. Даны выводы о теоретической позиции, принятой в данном исследовании, описываются собственные взгляды по проблеме. Обосновывается целесообразность выбора методов исследования, раскрываются их особенности.

Вторая глава включает разделы, в которых описываются цели, задачи, методы исследования, количественно и качественно анализируются полученные экспериментальные данные. Далее может быть охарактеризовано содержание предлагаемых решений проблемы исследований.

В третьей главе представляются результаты исследования и их обсуждение.

В заключении (выводах) необходимо доказать достоверность выдвинутой гипотезы, реализацию целей и задач исследования, определить перспективы его дальнейшего развития.

После выводов представляются практические рекомендации и список используемой литературы с актуальными и корректными ссылками в исследовании.

В приложениях работы могут быть помещены: тексты использованных методов исследований, варианты анализа полученных результатов (графики, таблицы и т. д.) и т.д.

Итоговая аттестационная работа должна иметь общепринятое оформление. На ее титульном листе указываются:

- название вуза, выпускающей кафедры;
- фамилия, имя, отчество автора;
- наименование темы;
- научный руководитель, рецензент;
- год выполнения работы.


Объем итоговой аттестационной работы, как правило, должен находиться в пределах 50-70 страниц машинописного текста (формат бумаги А-4, шрифт Times New Roman, кегль 14, интервал полуторный), при этом приложения могут считаться отдельно.

Работа сдается выпускником не менее, чем за две недели до срока ее защиты, в виде рукописи с отзывом и рецензией преподавателя ведущей кафедры.

## 5. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

Руководитель образовательной программы – Чертов Н.В.


«02» июля 2021г.

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Составитель:

Чертов Н.В., зав.кафедрой спортивных дисциплин, к.п.н., доцент

«02» июля 2021г.

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)