
ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**По дисциплине Теория спорта для студентов 3 курса, очного отделения, обучающихся по направлению
49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивный менеджмент» на 2018 -2019 учебный год.**

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра	ТМО ФКиС с курсом ГСЭД
Ведущий преподаватель	Зыбайло Наталья Александровна
e-mail	nataly@ifrgufk.ru
Сроки изучения дисциплины	5 семестр
Трудоемкость дисциплины (в часах / зачетных ед.)	144 час
Количество лекционных занятий (часов)	32 час
Количество практических занятий (часов)	48 час
Объем самостоятельной работы студентов (в часах)	55 час
Форма промежуточного контроля	Итоговый контроль – экзамен

2. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

2.1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование тем	Кол-во часов				Кол-во баллов по каждому виду контроля			
		Лекц.	Прак.	Сам.раб	Контроль	Посещение аудит. занятий (лекции)	Выполнение самостоят. работы	Собеседование	Экзамен
1.	Особенности предмета «Теория спорта», ее специфические понятия. Сущность спорта, его	6	2	10		1,5	6	1,5	

	функции, формы и условия его функционирования в обществе, тенденции развития.								
2.	Общая характеристика системы подготовки спортсмена.	4	8	10		1	7	1,5	
3.	Закономерности спортивной тренировки	2	2	2		0,5			
4.	Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	2	6	2		0,5	7,5	1,5	
5.	Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	2	6	2		0,5	8	1,5	
6.	Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых и полугодовых.	2	6	4		0,5	8	1,5	
7.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс	4	4	3		1		1,5	
8.	Организационные и научно-методические проблемы спортивного отбора	4	8	8		1	5	1,5	
9.	Технология планирования и контроль, как фактор педагогического управления в системе подготовки спортсмена.	6	6	14		1,5	10		
	Экзамен				9				30
	ИТОГО	32	48	55	9	8	51,5	10,5	30
	Всего	144			100 Баллов				

2.2. ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Наименование темы, раздела	Вид СРС	Бюджет времени (час.)	Кол-во баллов	Срок выполнения
<p>Особенности предмета «Теория спорта», ее специфические понятия. Сущность спорта, его функции, формы и условия его функционирования в обществе, тенденция развития.</p>	<p>Задание 1. Составить кроссворд по основным понятиям в теории спорта.</p> <p>Задание 2. Подготовиться к практическому занятию по вопросам:</p> <p>Истоки спортивной деятельности: предметная основа и смысл спортивных достижений. Значение спортивных достижений; их личностная и общекультурная ценность, эталонная и стимулирующая роль. Факторы спортивных достижений (индивидуальные и социальные, постоянно действующие и конъюнктурные). Тенденции развития спортивных достижений. Многообразие видов деятельности, являющихся предметной основой спорта. Типология современных видов спорта (сжатая систематизационная и классификационная характеристика).</p> <p>Социальные функции спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Специфическая эталонная и эвристическая роль спорта.</p> <p>Государственные и общественно-самодеятельные формы культивирования спорта (сжатая характеристика их организационных основ и принципов функционирования). Взаимодействие государственных и общественных форм организации спортивного движения. Единая спортивная классификация как программно-нормативная основа отечественного спортивного движения. Противоречия и перспективы его развития.</p> <p>Задание 3. Подготовить и оформить доклад в письменном виде по вопросу: «Роль международных спортивных организаций в регулировании интернационального спортивного движения; общая характеристика их форм и принципов функционирования».</p>	10	2	
<p>Общая характеристика системы подготовки спортсмена.</p>	<p>Задание 1. Подготовиться к практическому занятию по плану:</p> <p>1. Целевые функции и задачи, реализуемые в системе подготовки спортсмена. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсмена; ее сущность в отечественной школе спорта и соотношение с главными целями социальной системы воспитания.</p> <p>2. Основные задачи, реализуемые в аспекте отдельных разделов (сторон) подготовки спортсмена: идейного, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания и специальной психической подготовки, общей и специальной физической, технической и тактической подготовки.</p>	10	4	

	<p>3. Общепедагогические и другие средства и методы подготовки, спортсмена.</p> <p>4. Основные стороны подготовки спортсмена (психологическая подготовка, интеллектуальная подготовка, техническая, тактическая подготовка и физическая подготовка спортсмена).</p> <p>Задание 2. Практическая работа.</p> <p>1. Подобрать тесты для оценки уровня физической подготовленности спортсмена учетом избранного вида спорта и его возраста.</p> <p>2. Провести практическую оценку уровня физической подготовленности спортсмена учетом избранного вида спорта и его возраста.</p> <p>3. Разработать план повышения физической подготовленности спортсмена с учетом выявленного уровня подготовленности.</p>		7	
Закономерности спортивной тренировки.	<p>Подготовиться к лекции – дискуссия по плану:</p> <p>1. Общие и специальные принципы подготовки спортсмена; закономерности, определяющие их. Значение общепедагогических принципов (общих принципов обучения и воспитания) как отправных положений деятельности тренера. Проблема разработки специальных принципов, положений, отражающих специфические закономерности спортивной подготовки.</p> <p>2. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты подготовки спортсмена, отражающие их принципиальные положения. Диалектическая взаимосвязь различных сторон подготовки спортсмена; основные положения принципа единства и избирательной направленности различных сторон подготовки спортсмена. Специфическая непрерывность как закономерность спортивно-тренировочного процесса и процесса подготовки спортсмена в целом; конкретизация основных положений принципа непрерывности в спортивной тренировке. Принципиальные положения, выражающие тенденции динамики воздействующих факторов в процессе подготовки спортсмена: динамичность, повторяемость и вариативность, постепенность и «предельность», волнообразность, контрастность, опережающее и адаптивное моделирование целевой соревновательной деятельности; закономерности, лежащие в их основе, и методическая интерпретация их. Соревновательно - соотносенная цикличность как одна из функциональных закономерностей процесса спортивной подготовки; конкретизация положений принципа цикличности в спортивной тренировке.</p>	2		
Структура отдельных тренировочных занятий и малых	<p>Задание 1. Подготовиться к практическому занятию по плану:</p> <p>Тренировочное занятие как относительно завершённый элемент тренировочного</p>	2		

циклов тренировки (микроциклов).	<p>процесса: Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке; их типы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру; зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их места в структуре микроциклов тренировки.</p> <p>Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов.</p> <p>Перспективы совершенствования микроструктуры тренировки.</p> <p>Задание 2. Практическая работа.</p> <p>1. Разработать план учебно-тренировочных занятий на каждый тип микроцикла по конкретному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающегося.</p> <p>Разработать план одного тренировочного занятия по конкретному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающегося и типа микроцикла.</p>		7,5	
Структура средних циклов тренировки	<p>Задание 1. Подготовиться к практическому занятию по плану:</p> <p>Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов в спортивной тренировке; основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность их структуры.</p> <p>Перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.</p> <p>Задание 2. Практическая работа.</p> <p>Разработать план учебно-тренировочных занятий на каждый тип мезоцикла по конкретному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающегося.</p>	2	8	
Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых и полугодовых.	<p>Задание 1. Подготовиться к практическому занятию по плану:</p> <p>Основы периодизации круглогодичной тренировки. Сущность спортивной формы как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению, ее критерии и общие закономерности развития. Закономерности развития спортивной формы как естественные факторы структурирования больших циклов спортивной тренировки. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Основные обстоятельства, обуславливающие ее вариации.</p> <p>Особенности построения тренировки в различные периоды большого тренировочного цикла. Определяющие черты "подготовительного" периода в большом тренировочном цикле (периода фундаментальной подготовки); особенности решаемых задач и критерии их реализации, особенности состава средств, методов и соотношения разделов</p>	4		

	<p>подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Его временные границы. Система мезоциклов, типичная для подготовительного периода; ее оправданные вариации, зависящие от условий построения тренировки.</p> <p>Определяющие черты "соревновательного" периода в большом тренировочном цикле (периода основных состязаний); характерные для этого периода особенности тренировочного процесса (по направленности, составу средств и методов, динамике нагрузок и т.д.).</p> <p>Система соревнований как один из определяющих факторов микро- и мезоструктуры тренировки в соревновательном периоде; особенности построения тренировки в малых и средних циклах, включающих основные состязания. Данные об оптимальном количестве и частоте состязаний в соревновательном периоде.</p> <p>Закономерности непосредственной подготовки к основным (особо ответственным) состязаниям; ее особенности, зависящие от специфики условий состязаний (соревновательного режима, порядка розыгрыша первенства, климато-географических условий и т.д.). Правила моделирования предстоящих состязаний и условий "поля боя" в предсоревновательной подготовке.</p> <p>Варианты структуры соревновательного периода. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; "промежуточные" мезоциклы как необходимый компонент его структуры. Временные границы соревновательного периода; оправданный диапазон варьирования его продолжительности в зависимости от системы спортивных состязаний, особенностей видов спорта, уровня подготовленности спортсмена и других условий.</p> <p>Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Основные факторы, приводящие к выделению этого периода в системе построения тренировки. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки. Дополнительные факторы ускорения восстановительных процессов в переходном периоде. Его оправданная продолжительность и допустимые границы ее колебания в зависимости от предшествующих суммарных нагрузок; состояния тренированности спортсмена и других условий. Обстоятельства, допускающие возможность эпизодического "выпадения" переходного периода из структуры тренировочного макроцикла.</p> <p>Варианты периодизации тренировки. Варьирование структуры годичных и</p>			
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

	<p>полугодичных циклов тренировки, обусловленное их местом в системе многолетней подготовки спортсмена, особенностями спортивной специализации, системой спортивных состязаний и другими обстоятельствами. Характеристика наиболее распространенных вариантов периодизации тренировки (типового годичного и полугодичного цикла, циклов с удлинённым подготовительным или соревновательным периодом, "сдвоенного" цикла и др.).</p> <p>Задание 2. Практическая работа. Разработать структуру тренировочного макроцикла с учетом календаря соревновательной деятельности, уровня подготовленности и избранного вида спорта.</p>		8	
Подготовка спортсмена как многолетний процесс.	<p>Задание. Подготовиться к практическому занятию по плану: Организационные и научно-методические перспективы развития детско-юношеского спорта в России. Возрастные особенности занятий с юными спортсменами. Развитие физических качеств юных спортсменов. Построение многолетней тренировки юных спортсменов.</p>	3		
Организационные и научно-методические проблемы спортивного отбора	<p>Задание 1. Подготовиться к практическому занятию по следующим вопросам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие «спортивный отбор» и «спортивная ориентация» 2. Этапы спортивного отбора и их особенности 3. Методы исследования, применяемые на этапах спортивного отбора 4. Содержание и критерии отбора с учетом разнообразия видов спорта <p>Задание 2. Подготовиться к защите проекта на практическом занятии по вопросу: спортивный отбор в многолетней подготовке спортсмена с акцентом на избранный вид спорта.</p>	8	5	
Технология планирования и контроль как фактор педагогического управления в системе подготовки спортсмена	<p>Задание. Практическая работа.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать план многолетней подготовки спортсмена по конкретному виду спорта 2. Разработать модель спортивного результата с учетом требований к уровню подготовленности спортсмена и его квалификации. 	14	5	
ИТОГО:		55	51,56	

2.3. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

2.4. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

Текущая и итоговая аттестация знаний студентов по дисциплине осуществляется на основе балльной системы контроля качества знаний. Максимальное количество баллов по дисциплине – 100.

<i>Виды (формы) контроля</i>	<i>Распределение баллов</i>		
	Кол-во	Количество баллов за один вид контроля	Общее кол-во баллов
Посещение аудиторных занятий (лекции)	16	0,5	8
Выполнение самостоятельной работы	9	2-8	51,5
Собеседование	7	1,5	10,5
Экзамен (текущий контроль ЗУН)	1	30	30
Всего:			100

2.5. АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ВИДЫ КОНТРОЛЯ

В случае пропуска аудиторных занятий по уважительной причине (болезнь, УТС и т.п.), студент самостоятельно готовится к прохождению тестирования по теоретическим и прикладным вопросам.

В случае невыполнения или выполнения заданий в недостаточном для положительной оценки объеме, студент сдает экзамен по билетам.

3. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Холодов, Ж.К., Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - М. : Академия, 2014. - 480 с. - (Высшее образование. Бакалавриат)

Дополнительная литература

1. Беляев, А.В., Савин, М.В. Волейбол: учебник/ А.В. Беляев, М.В. Савин. - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 360 с.: ил.
2. Булгакова, Н.Ж., Попов, О.И., Распопова, Е.А. Теория и методика плавания: учебник/ Н.Ж. Булгакова, О.И. Попов, Е.А. Распопова. - М.: Академия, 2014. - 320 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат).
3. Булгакова, Ж.Н. Плавание: учебник/ Ж.Н. Булгакова. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 400 с.: ил.
4. Бутин, И.М. Лыжный спорт: учебное пособие/ И.М. Бутин. - М.: Академия, 2000. - 368 с. - (Высшее образование).

5. Воробьева, Е.В. Теория физической культуры и спорта: метод. указания для самостоятельной работы/ Е.В. Воробьева. – Иркутск., 2011.
6. Голомазов, С.В., Чирва, Б.Г. Теория и методика футбола: учебник/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 476 с.
7. Грецов, Г.В., Войнова, С.Е., Германова, А.А. и др. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика: учебник/Г.В. Грецов, С.Е. Войнова, А.А. Германова. - М.: Академия, 2013. - 288 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат).
8. Железняк, Ю.Д., Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения.:учебник/ Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. - 2-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2004. - 520 с. - (Высшее профессиональное образование).
9. Железняк, Ю.Д., Портнов, Ю.М., Савин, В.П., Лексаков, А.В. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учебник/ Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. - М. : Академия, 2004. - 400 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование).
10. Жилкин, А.И., Кузьмин, В.С., Сидорчук, Е.В. Легкая атлетика: учебное пособие/А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - 5-е изд, испр. - М.: Академия, 2008. - 464 с. - (Высшее профессиональное образование).
11. Коротков, И.М., Былеев, Л.В., Климова, Р.В., и др. Подвижные игры: учебное пособие/И.М. Коротков, Л.В. Былеев, Р.В. Климова. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 216 с.
12. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: учебное пособие/ Д.И. Нестеровский. - 4-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2008. - 336 с. - (Высшее профессиональное образование)
13. Никитушкин, В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография/ В.Г. Никитушкин. - М. : Физическая культура, 2010. - 240 с.
14. Никитушкин, В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник/ В.Г. Никитушкин. - М. : Физическая культура, 2010. - 208 с.

Другие источники

1. Библиотека международной спортивной информации. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/source/d6189538-a182-446f-a368-e90d0392945d>
2. Вестник практической психологии образования. – Режим доступа: http://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/index.shtml
3. Журнал «Вестник спортивной науки». - Режим доступа: http://vniifk.ru/journal_vsn.php
4. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
5. Педагогический журнал. – Режим доступа: <http://publishing-vak.ru/pedagogy.htm>
6. Перспективы науки и образования. Режим доступа: http://psyjournals.ru/science_and_education/index.shtml

7. Психологическая наука и образование. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru/psyedu/index.shtml>

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине

Набранные баллы	Меньше 51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Неуд.	Неуд.	Уд.	Хорошо	Отлично	Отлично
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**И.о. зав. кафедрой ГиМ ФКиС с курсом ГСЭД,
к.э.н.**

Ведущий преподаватель,

С.В. Боровских

Н.А. Зыбайло