Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики плавания, гребного и конного спорта

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «17» июня 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Председатель УМК  проректор по учебной работе  канд. пед. наук, доцент А.П. Морозов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «17» июня 2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**РЕЗЕРВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ**

**Б1.В.ДВ.04.1**

**Направление подготовки**

*49.04.03 Спорт*

**ОПОП «Подготовка спортсменов в циклических видах спорта»**

**Квалификация выпускника**

**Магистр**

**Форма**

**обучения/заочная**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан факультета  магистерской подготовки,  канд.фармацевт.наук, доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Вощинина  «17» июня 2024 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры  (протокол №8 от 08.06.2024 г.)  Заведующий кафедрой,  к.п.н., доцент В.В. Смирнов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «08» июня 2024 г. |

**Малаховка 2024**

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВОпо направлению подготовки 49.04.03 «Спорт», утвержденным приказом Министерства высшего образования и науки Российской Федерации № 947 от 19.09.2017 г.

**Составители рабочей программы:**

Смирнов Владимир Викторович

к.п.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Лаврентьева Дарья Андреевна

к.п.н.. доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Морозов Антон Павлович

к.п.н.. доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Дунаев К.С.

д.п.н, профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

зав. кафедрой ТиМ и спорта

Осадченко И.В.

к.б.н., доцент, зав. кафедрой АФК

и спортивной медицины \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.04.03):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Код ПС** | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | **Аббрев. исп. в РПД** |
| **05 Физическая культура и спорт** | | | |
| 05.003 | ["Тренер"](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля 2023 г. N 362н | Т |
| 05.008 | ["Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта"](http://internet.garant.ru/document/redirect/71249184/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля 2023 г. N 363н | Р |
| 05.012 | Тренер-преподаватель | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 г. N 952н | Т-П |

1. изучениЕ дисциплины НАПРАВЛЕНО НА формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

ПК-2. Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью спортивной сборной команды

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Соотнесенные профессиональные стандарты | Формируемые компетенции |
| Знания:   * основные понятия теории и методики спорта, методы обучения и технико-тактического совершенствования | Р 05.008  G/02.7  [Управление персоналом, задействованным в организационном, ресурсном, методическом, информационном, научном сопровождении развития физической культуры и спорта](https://ppt.ru/docs/profstandarts/details/7087)  Т 05.003  G/02.7  Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды)  Т-П 05.012  С/04.7  Контроль, учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | УК-1 |
| Умения:   * использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить коррективы в процесс занятий | *Т 05.003*  G/02.7  Р 05.008  G/02.7  Т-П 05.012  С/04.7 | УК-1 |
| Навыки и/или опыт деятельности:   * актуальными приемами обучения и воспитания, разнообразными формами занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья | *Т 05.003*  G/02.7  Р 05.008  G/02.7  Т-П 05.012  С/04.7 | УК-1 |
| Знания  - основы тренировочной и соревновательной деятельности  - методики оценки функциональной, психологической, физической подготовленности, основные средства сбора данных о состоянии организма спортсменов | *Т 05.003*  G/02.7  Р 05.008  G/02.7  Т-П 05.012  С/04.7 | *ПК-2* |
| Умения  определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность;  определять наиболее значимые для данного периода средства оценки уровня развития спортивной формы, осуществлять планирование тренировочной и соревновательной деятельности на основе данных медико-биологических и других обследований | *Т 05.003*  G/02.7  Р 05.008  G/02.7  Т-П 05.012  С/04.7 | *ПК-2* |
| Навыки и/или опыт деятельности:  методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, методиках и средствах отбора в спорте  методами оперативного контроля состояния занимающихся, первичными навыками анализа данных комплексных обследований организма спортсменов | *Т 05.003*  G/02.7  Р 05.008  G/02.7  Т-П 05.012  С/04.7 | *ПК-2* |

2. Место дисциплины в структуре Образовательной Программы:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится *к части формируемой участниками образовательных отношений*.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 3 семестре в очной форме обучения, в 4 семестре в заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

1. 3.Объем дисциплины и виды учебной работы:

*очная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего  часов | Семестр |
| 3 |
| **Контактная работа преподавателя**  **с обучающимися** | | **12** | **12** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 4 | 4 |
| Семинары | | 8 | 8 |
| Промежуточная аттестация:  зачет, экзамен | | ЗАЧЕТ | ЗАЧЕТ |
| **Самостоятельная работа студента** | | **60** | **60** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **72** | **72** |
| **зачетные единицы** | **2** | **2** |

*заочная форма обучения*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
| 4 |
| **Контактная работа преподавателя**  **с обучающимися** | | **12** | **12** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 4 | 4 |
| Семинары | | 8 | 8 |
| Промежуточная аттестация:  зачет, экзамен | | ЗАЧЕТ | ЗАЧЕТ |
| **Самостоятельная работа студента** | | **60** | **60** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **72** | **72** |
| **зачетные единицы** | **2** | **2** |

4. Содержание дисциплины:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема  (раздел) | Содержание раздела | Всего часов |
| 1. | Анализ уровня резервных возможностей спортсмена | Методы функциональной диагностики в спорте. Биологический паспорт спортсмена. Генетические факторы. | 24 |
| 2. | Методы повышения функциональной готовности | Средства и методы спортивной подготовки как лимитирующие факторы повышения физической работоспособности. | 24 |
| 3. | Планирование индивидуальной тренировочной и соревновательной нагрузки | Специфика планирования индивидуальной тренировочной и соревновательной нагрузки. | 24 |
| **ИТОГО** | | | **72** |

5.РАЗДЕЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ и ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование  разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | С | СРС |
| 1. | Анализ уровня резервных возможностей спортсмена. | 2 | 4 | 18 | 24 |
| 2. | Методы повышения функциональной готовности. | 2 | 2 | 20 | 24 |
| 3 | Планирование индивидуальной тренировочной и соревновательной нагрузки. | - | 2 | 22 | 24 |
| **Итого** | | **4** | **8** | **60** | **72** |

заочная форма обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование  разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | С | СРС |
| 1. | Анализ уровня резервных возможностей спортсмена | 2 | 4 | 18 | 24 |
| 2. | Методы повышения функциональной готовности | 2 | 2 | 20 | 24 |
| 3. | Планирование индивидуальной тренировочной и соревновательной нагрузки | - | 2 | 22 | 24 |
| **Итого** | | **4** | **8** | **60** | **72** |

1. **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины.**

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Автор, наименование** | **Кол-во**  **экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Чесноков, Н. Н. Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва : методическое пособие / Н. Н. Чесноков, А. П. Морозов. - Москва, 2016. - 136 с. : ил. - Библиогр.: с. 123-126. - ISBN 978-5-905395-43-7 : 300.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 9 | 6 |
|  | Кукушкина В. В. Организация научно-исследовательской работы студентов (магистров): учебное пособие / В. В. Кукушкина. - М.: ИНФРА-М, 2011. - 263 с.: ил. - Библиогр.: с. 259-260. - ISBN 978-5-16-004167-4 : 391.60. | 10 | - |
|  | Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. - М.: Советский спорт, 2013. - 279 с. | 89 | - |
|  | Попов Г. И.   Научно-методическая деятельность в спорте: учебник / Г. И. Попов. - М.: Академия, 2015. - 188 с.: ил. - (Высшее образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 186. - ISBN 978-5-4468-1047-5 : 910.00. | 50 | - |
|  | Чесноков Н. Н. Профессиональное образование в области физической культуры и спорта: учебник / Н. Н. Чесноков, В. Г. Никитушкин. - М.: Физическая культура, 2011. - 396 с. - Библиогр.: 41 назв. - ISBN 978-5-9746-0149-1 : 550.00. | 11 | - |
|  | Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 106 c. — ISBN 978-5-4497-0494-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/93804.html](http://www.iprbookshop.ru/93804.html%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Фискалов, В. Д. Теоретические основы и организация подготовки спортсменов : учебное пособие / В. Д. Фискалов ; ВГАФК. - Волгоград, 2010. - ил. - Библиогр.: в конце каждой главы. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е. Ю. Андриянова ; ВЛГАФК. - Великие Луки, 2014. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Кошкарев, Л. Т.   Спортивная метрология (основы статистики, измерений, комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов) : учебное пособие / Л. Т. Кошкарев ; ВЛГАФК. - Великие Луки, 2014. - Библиогр.: с. 208-210. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Темерева, В. Е.   Теория комплексного контроля в физической культуре и спорте : учебное пособие. Ч. 1 / В. Е. Темерева, О. В. Ольхова, Г. Е. Шульгин ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Темерева, В. Е.   Теория комплексного контроля в физической культуре и спорте : учебное пособие. Ч. 2 / В. Е. Темерева, О. В. Ольхова, Г. Е. Шульгин ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; ответственный редактор В. В. Афанасьев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 209 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07484-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: [https://urait.ru/bcode/452458](https://urait.ru/bcode/452458%20) (дата обращения: 27.10.2023). | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Автор, наименование** | **Кол-во экземпляров** | |
| библиотека | кафедра |
|  | Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студентов вузов / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2005. - 265 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-2490-1 : 156.80: 183.68. | 10 | - |
|  | Зулаев И. И. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / И. И. Зулаев, С. В. Лепешкина, М. В. Абульханова; МГАФК. - Малаховка, 2006. - 23 с. | 11 | - |
|  | Зулаев И. И. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / И. И. Зулаев, С. В. Лепешкина, М. В. Абульханова ; МГАФК. - Малаховка, 2006. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 08.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Ким, С. В. Основы научно-методической деятельности педагога сферы физкультурного образования : учебно-методическое пособие / С. В. Ким ; СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 2003. - Библиогр.: с. 194-197. - ISBN 5-94988-022-6. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 08.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. | 1 | - |
|  | Васильков А. А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А. А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 381 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-14231-8 : 281.37. | 2 | - |
|  | Коренберг В. Б. Спортивная метрология: учебник / В.Б. Коренберг. – М.: Физическая культура, 2008. – 324 с. | 12 | - |
|  | Селуянов В. Н. Научно-методическая деятельность: учебник / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков, И. П. Космина. - М.: Флинта: Наука, 2005. - 287 с.: ил. - Библиогр.: с. 285-287. - ISBN 5-89349-899-2 : 91.81. | 54 |  |
|  | Тихомиров А. К.    Проблема интегративного контроля в спорте: монография / А. К. Тихомиров; МГАФК. – Малаховка, 2005. – 373 с. – Библиогр.: с. 318-371. – б/ц. | 1 |  |
|  | Пономарев Н. А.  Методы научных исследований: учебно-методическое пособие / Н. А. Пономарев; СПбГУФК. - СПб., 2008. - 163 с. - Библиогр.: с. 161-162. | 1 | - |
|  | Солопов И. Н. Функциональная подготовка спортсменов: монография / И. Н. Солопов, А. И. Шамардин; ВолгоградГАФК. – Волгоград: Прин Терра-Дизайн, 2003. – 262 с. : ил. – ISBN 5-98424-002-5 : 172.00. | 1 |  |
|  | Шкляр М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие / М. Ф. Шкляр. - 3-е изд. - М.: Дашков и К, 2009. - 243 с. - Библиогр.: с. 242-243. - ISBN 978-5-394-00392-9 : 220.59. | 3 | - |
|  | Дёшин, Р. Г. Диагностика в клинической и спортивной медицине : справочник / Р. Г. Дёшин. - М. : Спорт, 2016. - 139 с. - Библиогр.: с.136-137. - ISBN 978-5-906839-22-0 | 3 | - |
|  | Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев [и др.] ; под ред. В. В. Афанасьева. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Юрайт, 2017. - 246 с. - (Университеты России). - Библиогр.: с. 245-246. - ISBN 978-5-534-04120-0 | 5 | - |
|  | Смирнов, Ю. И.   Комплексная оценка и контроль спортивной подготовленности : учебное пособие / Ю. И. Смирнов ; МОГИФК. - Малаховка, 1986. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Смирнов, Ю. И.   Основные свойства и показатели спортивной подготовленности : учебное пособие / Ю. И. Смирнов ; МОГИФК. - Малаховка, 1987. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Коренберг В. Б.   Кинезиологический контроль в спорте : учебное пособие / В. Б. Коренберг ; МГАФК. - Малаховка, 2004. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Тихомиров А. К.   Проблема интегративного контроля в спорте : монография / А. К. Тихомиров ; МГАФК. - Малаховка, 2005. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
|  | Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 8-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 624 c. — ISBN 978-5-9500179-3-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/74306.html](http://www.iprbookshop.ru/74306.html%20) (дата обращения: 27.10.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ». ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ И ПОИСКОВЫЕ СИСТЕМЫ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ:**

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

8.1. Перечень специализированных аудиторий и компьютерной техники.

Для проведения лекционных и семинарских занятий:

**-** поточная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (лекционные залы №№ 1,2);

**-** учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (аудитории № 121, № 421);

**-** учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература, периодическая литература в библиотеке и читальном зале МГАФК; методический кабинет академии № 426; кабинет для самостоятельной подготовки студентов № 409.

8.2. В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL LibreOffice или одна из лицензионных версий MicrosoftOffice.

8.3. Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи «ElBrailleW14J G2;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая системаFrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к Рабочей программе дисциплины*

*«Резервные возможности организма спортсменов»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики плавания, гребного и конного спорта

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

протокол № 6/24 от «17» июня 2024г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.П.Морозов

**Фонд оценочных средств**

**по дисциплине**

**«Резервные возможности организма спортсменов»**

**Направление подготовки**

**49.04.03 Спорт**

Уровень высшего образования - магистратура

**ОПОП «Подготовка спортсменов в циклических видах спорта»**

**Форма обучения**

**очная / заочная**

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол №8 от 08.06.2024 г.)

заведующий кафедрой, к.п.н., доцент\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.В. Смирнов

**Малаховка, 2024 год**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Трудовая  функция | Индикаторы достижения |
| УК -1 | Р 05.008  G/02.7  [Управление персоналом, задействованным в организационном, ресурсном, методическом, информационном, научном сопровождении развития физической культуры и спорта](https://ppt.ru/docs/profstandarts/details/7087)  Т 05.003  G/02.7  Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды)  Т-П 05.012  С/04.7  Контроль, учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | применяет комплексные и эффективные мер по предупреждению и профилактике физического и психологического перенапряжения, форсирования тренировочного процесса |
|
|
| ПК-2 | Р 05.008  G/02.7  [Управление персоналом, задействованным в организационном, ресурсном, методическом, информационном, научном сопровождении развития физической культуры и спорта](https://ppt.ru/docs/profstandarts/details/7087)  Т 05.003  G/02.7  Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды)  Т-П 05.012  С/04.7  Контроль, учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | Определять параметры тренировочной и соревновательной нагрузки исходя из индивидуальных особенностей занимающихся |
|
|

**Вопросы к зачёту**

По дисциплине «**«**Резервные возможности спортсменов»

1. Медико-биологические средства и методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта.
2. Педагогические средства и методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта
3. Психологические средства методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта
4. Современные технологии (аппаратные методики) методы оценки резервных возможностей: характеристика и виды
5. Планирование применения комплекса диагностических процедур в спортивной практике (конкретный пример)
6. Особенности применения комплекса диагностических процедур в детско-юношеском спорте
7. Особенности применения комплекса диагностических процедур в спорте высших достижений
8. Направленность тренировочных занятий: задачи и средства
9. Современные технологии повышения функциональной готовности
10. Повышение сложности внешних условий тренировочного процесса
11. Варьирование параметров дозировки нагрузки и отдыха
12. Задачи планирования тренировочной и соревновательной нагрузки
13. Принципы планирования индивидуальной тренировочной деятельности
14. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском спорте
15. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в спорте высших достижений
16. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в спорте ветеранов
17. Роль и место диагностических процедур в спортивной практике

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы студента.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

**Вопросы для устного опроса**

по дисциплине «Резервные возможности спортсменов»

**Раздел 1. Анализ уровня резервных возможностей спортсмена**

1. Медико-биологические средства и методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта.
2. Педагогические средства и методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта
3. Психологические средства методы оценки резервных возможностей в различных видах спорта
4. Современные технологии (аппаратные методики) методы оценки резервных возможностей: характеристика и виды
5. Планирование применения комплекса диагностических процедур в спортивной практике (конкретный пример)
6. Особенности применения комплекса диагностических процедур в детско-юношеском спорте
7. Особенности применения комплекса диагностических процедур в спорте высших достижений

**Раздел 2. Методы повышения функциональной готовности**

1. Направленность тренировочных занятий: задачи и средства
2. Современные технологии повышения функциональной готовности
3. Повышение сложности внешних условий тренировочного процесса
4. Варьирование параметров дозировки нагрузки и отдыха

**Раздел 3. Планирование индивидуальной тренировочной и соревновательной нагрузки**

1. Задачи планирования тренировочной и соревновательной нагрузки
2. Принципы планирования индивидуальной тренировочной деятельности
3. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском спорте
4. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в спорте высших достижений
5. Рациональное планирование режима тренировочной и соревновательной деятельности в спорте ветеранов
6. Роль и место диагностических процедур в спортивной практике

**Критерии оценки:**

- оценка «зачтено» ставится студенту, если он твердо знает учебный материал, владеет понятиями и терминологией, при изложении ответа на вопрос не допускает существенных ошибок, выполненные задания для самостоятельной работы студента.

- оценка «не зачтено» ставится студенту, если он: не знает значительной части учебного материала, не владеет основной терминологией и понятиями, при ответе на вопрос допускает существенные ошибки, не может ответить на уточняющие вопросы, имеет невыполненные задания для самостоятельной работы студента.

**Темы презентации**

**по дисциплине «Резервные возможности спортсменов»**

**Раздел 1. Анализ уровня резервных возможностей спортсмена**

1. Лабораторные и мобильные технологии определения уровня резервных возможностей
2. Система диагностики и мониторинга уровня спортивной формы
3. Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки
4. Новые технологии повышения уровня резервных возможностей
5. Анализ и интерпретация полученных результатов исследования уровня спортивной формы

Критерии оценки:

* оценка «зачтено» выставляется, если представленное задание выполнено самостоятельно, является адекватным, связным и логичным изложением требуемого содержания, написано ясно, грамотно, с соблюдением научного стиля речи.
* оценка «не зачтено» выставляется, если: обучающийся проигнорировал данный вид работы; представил задание, выполненное другим лицом, или представленный текст не соответствует требованиям адекватности, связности, логичности, грамотности и научности изложения.

**Требования к оформлению презентации, предъявляемой как иллюстрация к докладу**

1. Оформление слайдов должно соответствовать теме, не препятствовать восприятию содержания, для всех слайдов презентации должен использоваться один и тот же шаблон оформления

1. Презентация должна содержать наиболее полную, понятную информацию по теме работы, в ней отсутствуют стилистические, орфографические и пунктуационные ошибки.
2. Выступающий должен свободно владеть содержанием, ясно и грамотно излагать материал, отвечать на вопросы и замечания аудитории
3. **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**
4. Формой промежуточной аттестации по дисциплине является зачет.

По результатам освоения дисциплины магистрант получает оценку, отражающую качество выполнения программных заданий.

Магистрант, не выполнивший программу дисциплины по уважительной причине, может получить дополнительное задание к указанным в рабочей программе, и выполнить зачетные требования в свободное от учёбы время, в соответствии с дополнительным приказом по академии.

Магистрант, не выполнивший программу освоения дисциплины без уважительной причины или не получивший зачета в установленный срок, может быть отчислен из академии как имеющий академическую задолженность.

Оценка **«зачет»** выставляется, если:

• регулярное посещение практики (не менее 80% посещений);

• высокий уровень теоретической подготовленности в области знания регламентирующих документов и направлений работы специалиста в области физической культуры и спорта в спортивной организации;

• проявил умение анализировать требования к уровню квалификации тренера / руководителя спортивной организации;

• высокая степень добросовестности и самостоятельности в работе;

• грамотно составлены презентация и доклад, сданы в срок и с положительной оценкой ;

Оценка **«не зачет»** выставляется, если:

• посещение менее 50%;

• низкий уровень теоретической подготовленности в области знания регламентирующих документов и направлений работы тренера / руководителя спортивной организации;

• полная безучастность и несамостоятельность в работе;

• зачетные требования предоставляются с большими опозданием и замечаниями;

• презентация и доклад по итогам прохождения практики дисциплины составлены небрежно и с замечаниями.

паспорт компетенций ПО ДИСЦИПЛИНЕ: **РЕЗЕРВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ**

ОПОП: «**Подготовка спортивного резерва»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Соотнесенные профессиональные стандарты | Обобщенная трудовая функция | Трудовая  функция | ЗУНы | \*Индикаторы достижения  ***(проверяемое***  ***действие)*** |
| УК -1 | ***Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта 05.008***  ***Тренер 05.003***  ***Тренер-преподаватель 05.012*** | G  Стратегическое руководство деятельностью по сопровождению развития физической культуры и спорта  G  Руководство пополнением и подготовкой спортивного резерва  С  Подготовка спортсменов и совершенствование навыков соревновательной деятельности в спортивных сборных командах Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | G/02.7  [Управление персоналом, задействованным в организационном, ресурсном, методическом, информационном, научном сопровождении развития физической культуры и спорта](https://ppt.ru/docs/profstandarts/details/7087)  G/02.7  Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды)  С/04.7  Контроль, учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | Знания:  основные понятия теории и методики спорта, методы обучения и технико-тактического совершенствования | применяет комплексные и эффективные мер по предупреждению и профилактике физического и психологического перенапряжения, форсирования тренировочного процесса |
| Умения:  использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить коррективы в процесс занятий |
| Навыки и/или опыт деятельности:  актуальными приемами обучения и воспитания, разнообразными формами занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья |
| ПК-2 | ***Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта 05.008***  ***Тренер 05.003***  ***Тренер-преподаватель 05.012*** | G  Стратегическое руководство деятельностью по сопровождению развития физической культуры и спорта  G  Руководство пополнением и подготовкой спортивного резерва  С  Подготовка спортсменов и совершенствование навыков соревновательной деятельности в спортивных сборных командах Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | G/02.7  [Управление персоналом, задействованным в организационном, ресурсном, методическом, информационном, научном сопровождении развития физической культуры и спорта](https://ppt.ru/docs/profstandarts/details/7087)  G/02.7  Управление системой выявления перспективных спортсменов и проведения отбора для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) (далее - спортивной сборной команды)  С/04.7  Контроль, учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине) | Знания:  - основы тренировочной и соревновательной деятельности  - методики оценки функциональной, психологической, физической подготовленности, основные средства сбора данных о состоянии организма спортсменов | Определять параметры тренировочной и соревновательной нагрузки исходя из индивидуальных особенностей занимающихся |
| Умения:  определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность;  определять наиболее значимые для данного периода средства оценки уровня развития спортивной формы, осуществлять планирование тренировочной и соревновательной деятельности на основе данных медико-биологических и других обследований |
| Навыки и/или опыт деятельности:  методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, методиках и средствах отбора в спорте  методами оперативного контроля состояния занимающихся, первичными навыками анализа данных комплексных обследований организма спортсменов |