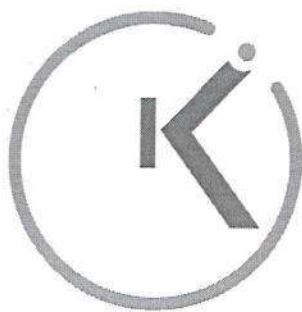




Российская Федерация  
Министерство образования Калининградской области

Государственное автономное учреждение Калининградской  
области дополнительного профессионального образования

**«Институт развития образования»**

236016, г. Калининград, ул. Томская, 19  
тел/факс: (4012) 578-301  
e-mail: info@koiro.edu.ru  
www.koiro.edu.ru

ОГРН 1023901014323  
ИНН 3906020548

Дополнительная профессиональная программа  
повышения квалификации  
**«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности  
в области физической культуры и спорта»**

Программа обсуждена и утверждена  
на заседании Ученого совета  
17.03. 2021 г. (Протокол № 4)

Председатель Ученого совета

 /Л. А. Зорькина/



Калининград  
2021

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

**Составитель:** Козина Жанна Геннадьевна, методист кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «*Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта*» обсуждена и утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования (протокол № 05 от 04.03.2021 г.).

**И. о. заведующего кафедрой педагогики и психологии**  /О. А. Блохина/  
(подпись)

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «*Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта*» утверждена Ученым советом Калининградского областного института развития образования (протокол №\_\_ от \_\_\_\_\_ 2021 г.).

Программа пересмотрена на заседании Ученого совета

Внесены следующие изменения (или изменений не внесено):

Протокол №\_\_ от \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Проректор по научно-методической работе,  
кандидат педагогических наук**

 /В. П. Вейдт/

## СОДЕРЖАНИЕ

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области  
физической культуры и спорта»

|                                                                                                                                                                                                                              |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ.....                                                                                                                                                                                | Стр.<br>4 |
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....                                                                                                                                                                                                   | 5         |
| УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной профессиональной программы повышения<br>квалификации «Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятель-<br>ности в области физической культуры и спорта».....                            | 8         |
| КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК дополнительной профессиональной<br>программы повышения квалификации «Актуальные подходы к осуществлению<br>транировочной деятельности в области физической культуры и спорта».....                | 9         |
| РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ дополнительной профес-<br>сиональной программы повышения квалификации «Актуальные подходы к осуществ-<br>лению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»: |           |
| – Нормативно-правой раздел.....                                                                                                                                                                                              | 10        |
| – Предметно-методический раздел.....                                                                                                                                                                                         | 14        |
| ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ.....                                                                                                                                                                                                     | 20        |

## СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

|               |                                                                  |
|---------------|------------------------------------------------------------------|
| <b>ДПП ПК</b> | Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации |
|---------------|------------------------------------------------------------------|



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность разработки программы** обусловлена основными преобразованиями в сфере физической культуры и спорта, возникшими под влиянием новых политических, экономических и социальных условий. Данные преобразования связаны с переменами в подходах к реализации тренировочного процесса, направленного прежде всего на улучшение спортивных результатов с использованием новых приемов повышения работоспособности (физиологической и психологической направленности). Однако система спортивной подготовки на уровне детско-юношеских школ требует особого подхода, так как многие виды спорта стали «молодеть», что в свою очередь связано с феноменальными способностями молодых спортсменов и запредельной интенсификацией подготовки. Невозможно запрещать заниматься спортом несовершеннолетним, тем более что желание проявить и проверить себя естественно для подростков, в то же время оптимально подобранные физические нагрузки способствуют повышению уровня здоровья юных спортсменов. Вместе с тем необходимо помнить, что ранняя специализация, целевое устремление юных спортсменов к большим объемам и интенсивности нагрузок могут привести к спортивным травмам, болезни, использованию допинга и т. д. Следовательно, юным спортсменам, занимающимся в режимах интенсивной спортивной подготовки, необходим индивидуальный подход и контроль за их состоянием. В связи с этим тренеру важно научиться создавать условия для гармоничного, безопасного развития своих воспитанников с опорой на современные подходы в области обучения и воспитания, обеспечивающие эффективную организацию тренировочного процесса в рамках профессиональной деятельности.

В результате обучения по ДПП ПК *«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»* (далее — программа) специалисты смогут более эффективно осуществлять тренировочный процесс, направленный воспитание личностных и физических качеств детей и молодежи, занимающихся избранным видом спорта, а также способствовать формированию их спортивных достижений посредством освоения приемов профессиональной деятельности с учетом тенденций в области физической культуры и спорта.

**Нормативно-правовое обеспечение программы.** ДПП ПК *«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»* разработана с учетом следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации (Минтруда России) от 05.05.2018 года № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 01.07.2013 года № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- письма Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09.10.2013 года № 06-735 «О дополнительном профессиональном образовании»;
- методических рекомендаций по организации итоговой аттестации при реализации дополнительных профессиональных программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30.03.2015 года № АК-821/06 «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»);
- методических рекомендаций-разъяснений по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (письмо Мини-



стерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 22.04.2015 года № ВК-1032/06 «О направлении методических рекомендаций»).

**Цель программы:** совершенствование профессиональных компетенций педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, тренеров-преподавателей и инструкторов-методистов в области применения актуальных подходов к осуществлению тренировочной деятельности.

**Связь программы с профессиональными стандартами.** Программа разработана с учетом профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 года № 298н.

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Наименование выбранного профессионального стандарта</b> | «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 года № 298н)                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Наименование обобщенной трудовой функции</b>            | Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам (А)                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Наименование трудовой функции</b>                       | Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы (А/01.6)                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Трудовые действия</b>                                   | – Организация, в том числе стимулирование и мотивация деятельности и общения обучающихся на учебных занятиях.<br>– Текущий контроль, помощь обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях                                                                                                                                                                      |
| <b>Необходимые умения</b>                                  | – Создавать условия для развития обучающихся, мотивировать их к активному освоению ресурсов и развивающих возможностей образовательной среды, освоению выбранного вида деятельности (выбранной образовательной программы), привлекать к целеполаганию.<br>– Осуществлять электронное обучение, использовать дистанционные образовательные технологии (если это целесообразно) |
| <b>Необходимые знания</b>                                  | – Основные подходы и направления работы в области профессиональной ориентации, поддержки и сопровождения профессионального самоопределения при реализации дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности.<br>– Электронные ресурсы, необходимые для организации различных видов деятельности обучающихся                                          |

**Особенности программы.** Программа предполагает освоение нормативно-правового и предметно-методического разделов программы, а также прохождение промежуточной и итоговой аттестаций. Объем программы — 48 часов.

**Результаты освоения программы.** По итогам освоения программы слушатель будет:

**знать:**

- приоритетные направления государства в вопросах развития физической культуры и спорта;
- требования к квалификации, необходимые для осуществления профессиональной деятельности по реализации дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности;
- современные подходы в области обучения и воспитания спортсменов;



**уметь:**

- создавать условия для развития и мотивации обучающихся к активному освоению выбранного вида деятельности (выбранной образовательной программы);
- применять современные подходы в области обучения и воспитания спортсменов, обеспечивающие эффективную организацию тренировочного процесса;

**владеть:**

- приемами обучения и воспитания с учетом современных требований к условиям реализации тренировочного процесса и направленности на спортивный результат по избранному виду спорта.

**Организационно-педагогические условия реализации программы.** Программа реализуется в заочной форме с применением дистанционных образовательных технологий на платформе дистанционного обучения Калининградского областного института развития образования (<https://2020.baltinform.ru/>). Для обучения слушателям потребуется компьютер с выходом в Интернет.

Дистанционный курс содержит текстовый лекционный материал, учебные видеоролики, презентации, а также практические работы, задания в тестовой форме, теоретический материал для углубленного изучения тем, материалы для скачивания, подборку электронных ресурсов, форум для общения с преподавателем и анкеты обратной связи, оценочные материалы.

Степень освоения учебного материала оценивается в форме промежуточной аттестации в виде тестовых заданий различного типа (открытого, закрытого, на соответствие, установление последовательности), а также итоговой аттестации в форме выполнения практической работы.

Дидактические принципы, на которых строится ДПП ПК:

- принцип непрерывности образования (постоянное и систематическое обучение и самообучение в постдипломный период, обеспечивающие такой уровень профессионального и личностного развития, который позволяет педагогу отразить профессиональные достижения и дефициты, увидеть перспективы дальнейшего развития и повышения квалификации, построить индивидуальный образовательный маршрут);
- принцип системности, предусматривающий взаимосвязь и взаимозависимость всех компонентов образовательного процесса (соответствие целей, содержания, методов, форм, средств, технологий и механизмов оценивания результатов образовательного процесса);
- принцип гуманизма, заключающийся в признании уникальности личности каждого педагога, неограниченных возможностей развития его личностного и профессионального потенциала, реализующийся в создании благоприятных условий для его развития и профессионального роста.

**Кадровый потенциал реализации программы.** К организации образовательного процесса привлекаются профессорско-преподавательский состав Калининградского областного института развития образования. Все преподаватели в обязательном порядке имеют высшее образование по профилю профессиональной деятельности, а также стаж педагогической деятельности не менее пяти лет.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности  
в области физической культуры и спорта»

**Категория слушателей:** педагоги дополнительного образования, тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты.

**Срок освоения программы:** 48 часов.

**Форма обучения:** заочная с использованием дистанционных образовательных технологий.

**Режим занятий:** в соответствии с расписанием.

**Документ по окончании обучения:** удостоверение о повышении квалификации.

| Шифр модуля                   | Образовательный модуль                                                                               | Формы организации, часы |             |                | Всего час.                      |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------|---------------------------------|
|                               |                                                                                                      | Ауд. зан.               |             | Сам. раб.      |                                 |
|                               |                                                                                                      | Лекц. зан.              | Практ. зан. | Дист. обучение |                                 |
| НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ    |                                                                                                      |                         |             |                |                                 |
| НПР 1                         | Нормативно-правовое обеспечение деятельности                                                         | -                       | -           | 4              | 4<br>(в т. ч. промеж. аттест.)  |
| ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ |                                                                                                      |                         |             |                |                                 |
| ПМР 1                         | Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта | -                       | -           | 42             | 42<br>(в т. ч. промеж. аттест.) |
| Итоговая аттестация           |                                                                                                      | -                       | -           | 2              | 2                               |
| ВСЕГО:                        |                                                                                                      | -                       | -           | 48             | 48                              |



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности  
в области физической культуры и спорта»

| Шифр                | Наименование<br>структурного компонен-<br>та программы | Всего<br>час. | Трудоемкость, часы |                |                                  | Кол-во<br>ауд.<br>дней* |
|---------------------|--------------------------------------------------------|---------------|--------------------|----------------|----------------------------------|-------------------------|
|                     |                                                        |               | Лекц.<br>зан.      | Практ.<br>зан. | Сам.<br>раб. / дист.<br>обучение |                         |
| НПР                 | Нормативно-правовой<br>раздел                          | 4             | -                  | -              | 4                                | -                       |
| ПМР                 | Предметно-<br>методический раздел                      | 42            | -                  | -              | 42                               | -                       |
| Итоговая аттестация |                                                        | 2             | -                  | -              | 2                                | -                       |
| <b>ИТОГО:</b>       |                                                        | <b>48</b>     | -                  | -              | <b>48</b>                        | -                       |

\* Указывается количество аудиторных дней, отводимых на освоение структурного компонента программы, из расчета, что в один день слушателем не может быть освоено более 6 ак. часов.

## РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

образовательных модулей дополнительной профессиональной программы повышения квалификации *«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*

### НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ

#### Рабочая программа образовательного модуля *«Нормативно-правовое обеспечение деятельности»*

**Результат освоения образовательного модуля «Нормативно-правовое обеспечение деятельности»:** знакомство с приоритетными направлениями государственной политики в области развития физической культуры и спорта, а также с требованиями к квалификации, необходимой для осуществления профессиональной деятельности.

#### Учебно-тематический план образовательного модуля *«Нормативно-правовое обеспечение деятельности»*

| №<br>п/п                        | Тема                                                                      | Формы организации, часы |             |                | Всего час. |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------|------------|
|                                 |                                                                           | Ауд. зан.               |             | Сам. раб.      |            |
|                                 |                                                                           | Лекц. зан.              | Практ. зан. | Дист. обучение |            |
| 1.                              | Приоритетные направления в вопросах развития физической культуры и спорта | -                       | -           | 2,5            | 2,5        |
| 2.                              | Основные аспекты осуществления профессиональной деятельности              | -                       | -           | 1              | 1          |
| <b>Промежуточная аттестация</b> |                                                                           | -                       | -           | 0,5            | 0,5        |
| <b>ВСЕГО:</b>                   |                                                                           | -                       | -           | <b>4</b>       | <b>4</b>   |

#### Содержание образовательного модуля *«Нормативно-правовое обеспечение деятельности»*

Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения образовательного модуля *«Нормативно-правовое обеспечение деятельности»*

| №<br>п/п | Тема                                                                      | Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Кол-во часов |
|----------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1.       | Приоритетные направления в вопросах развития физической культуры и спорта | 1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i><br>– Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года;<br>– Концепция подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года;<br>– Проект Концепции развития детско-юношеского спорта.<br>2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i><br>– изучение текстового материала;<br>– ознакомление с презентацией | 2,5          |



| № п/п                           | Тема                                                         | Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения                                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 2.                              | Основные аспекты осуществления профессиональной деятельности | 1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i><br>– профессиональные стандарты «Педагог дополнительного образования», «Тренер-преподаватель», «Инструктор-методист».<br>2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i><br>– изучение текстового материала;<br>– ознакомление с презентацией | 1            |
| <b>Промежуточная аттестация</b> |                                                              | Описание промежуточной аттестации представлено ниже                                                                                                                                                                                                                                           | 0,5          |
| <b>ВСЕГО:</b>                   |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>4</b>     |

### Промежуточная аттестация

#### Описание промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме зачета с использованием 5 тестовых заданий закрытого типа. Задания размещаются на сервере дистанционного обучения Калининградского областного института развития образования <https://2020.baltinform.ru/>. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,5 часа.

#### Критерии оценки промежуточной аттестации

Ответы на задания оцениваются от 0 до 2 баллов за каждый ответ: за неправильный ответ (или отсутствие ответа) устанавливается 0 баллов, за правильный ответ устанавливается 2 балла. Баллы, полученные за все выполненные задания, суммируются. Максимальная сумма за правильное выполнение всех заданий теста — 10 баллов (или 100 %).

По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается отметка «зачтено» или «не зачтено». Оценка «не зачтено» устанавливается при результативности от 0 до 6 баллов (до 70 %). Основанием для получения зачета является положительный результат (не менее 7 баллов, что соответствует 70 % и более) выполнения тестовых заданий.

#### Примерный перечень вопросов промежуточной аттестации

1. В чем заключается миссия государства в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации? *Укажите несколько правильных ответов.*

- а) формировании культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения;
- б) создании необходимых условий для поступательного развития сферы физической культуры и спорта;
- в) повышении экономической привлекательности и эффективности функционирования сферы физической культуры и спорта;
- г) обеспечении прозрачности и честности соревновательного процесса;
- д) укреплении международного сотрудничества и повышения авторитета России на международной спортивной арене.

2. Из перечисленных документов выберите один основополагающий, содержащий механизмы развития физической культуры и спорта в Российской Федерации:

- а) Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года;
- б) Концепция подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года;
- в) Проект Концепции развития детско-юношеского спорта.

3. Укажите документ, в котором прописаны трудовые функции, действия, умения и знания:

- а) профессиональный стандарт;
- б) единый квалификационный справочник должностей.

4. Верно ли утверждение, что Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года является основой для разработки государственных программ Российской Федерации, государственных программ субъектов Российской Федерации, схем территориального планирования Российской Федерации, а также плановых и программно-целевых документов государственных корпораций, государственных компаний и акционерных обществ с государственным участием и иных документов?

- а) да;
- б) нет.

5. Какие из перечисленных направлений являются приоритетными для развития сферы физической культуры и спорта?

- а) совершенствование здоровья и благополучия, а также повышение уровня жизни населения;
- б) развитие системы подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений;
- в) развитие кадрового потенциала физической культуры, спорта и спортивной медицины; развитие научного обеспечения физической культуры, спорта и спортивной медицины;
- г) развитие системы антидопингового обеспечения;
- д) развитие инфраструктуры физической культуры, спорта и спортивной медицины;
- е) цифровая трансформация системы управления отраслью;
- ж) развитие экономической модели физической культуры и спорта;
- з) развитие международного спортивного сотрудничества;
- и) формирование комфортной и безопасной среды в сфере физической культуры и спорта.

### Список литературы

#### Нормативно-правовые документы

1. Об утверждении Концепция подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года : распоряжение Правительства Российской Федерации от 17 октября 2018 года № 2245-р. — URL: <https://minsport.gov.ru/2019/doc/Koncepciya-podgotovki-sport-rezerva.pdf> (дата обращения: 04.03.2021).

2. Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года : распоряжение Правительства Российской



Федерации от 24 ноября 2020 года № 3081-р. — URL: <http://government.ru/docs/40966/> (дата обращения: 04.03.2021).

3. **Профессиональный стандарт «Инструктор-методист»** : приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08.09.2014 № 630н. — URL: <https://clck.ru/TYfu5> (дата обращения: 03.03.2021).

4. **Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»** : приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н. — URL: <https://clck.ru/St7rM> (дата обращения: 03.03.2021).

5. **Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»** : приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 952н. — URL: <https://clck.ru/TYg2q> (дата обращения: 03.03.2021).

#### **Электронная поддержка образовательного процесса**

1. **Министерство спорта Российской Федерации** : [официальный сайт]. — URL: <https://minsport.gov.ru/> (дата обращения: 26.02.2021).

2. **О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся** : Федеральный закон : от 31.07.2020 № 304-ФЗ : [принят Государственной Думой 22 июля 2020 года, одобрен Советом Федерации 24 июля 2020 года]. — URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_358792/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_358792/) (дата обращения: 01.03.2021).

3. **Реестр профессиональных стандартов** : [официальный сайт]. — URL: <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/> (дата обращения: 26.02.2021).



## ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### Рабочая программа образовательного модуля

*«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*

**Результат освоения образовательного модуля** *«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*: формирование умения создавать условия для развития обучающихся, мотивации к активному освоению выбранного вида деятельности (выбранной образовательной программы) с опорой на современные подходы в области обучения и воспитания, обеспечивающих эффективную организацию тренировочного процесса в рамках профессиональной деятельности.

### Учебно-тематический план образовательного модуля

*«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*

| №<br>п/п                        | Тема                                                                                                 | Формы организации, часы |             |                | Всего час. |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|----------------|------------|
|                                 |                                                                                                      | Ауд. зан.               |             | Сам. раб.      |            |
|                                 |                                                                                                      | Лекц. зан.              | Практ. зан. | Дист. обучение |            |
| 1.                              | Современные подходы к обучению в системе спортивной подготовки                                       | -                       | -           | 12             | 12         |
| 2.                              | Современные подходы к воспитанию в системе спортивной подготовки                                     | -                       | -           | 12             | 12         |
| 3.                              | Психологические особенности тренерской деятельности                                                  | -                       | -           | 12             | 12         |
| 4.                              | Тренировочный процесс с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения | -                       | -           | 5              | 5          |
| <b>Промежуточная аттестация</b> |                                                                                                      | -                       | -           | 1              | 1          |
| <b>ВСЕГО:</b>                   |                                                                                                      | -                       | -           | <b>42</b>      | <b>42</b>  |

### Содержание образовательного модуля

*«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*

Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения образовательного модуля *«Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта»*

| №<br>п/п | Тема                                                           | Содержание самостоятельной работы в режиме дистанционного обучения                                   | Кол-во часов |
|----------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1.       | Современные подходы к обучению в системе спортивной подготовки | 1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i><br>– дифференцированный подход в обучении спортсменов; | 12           |

| №<br>п/п | Тема                                                                                                 | Содержание самостоятельной работы<br>в режиме дистанционного обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Кол-во<br>часов |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|          |                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– возрастная направленность физической подготовки;</li> <li>– интегральная подготовка.</li> </ul> <p>2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– изучение текстового материала;</li> <li>– изучение учебных видеороликов;</li> <li>– ознакомление с презентациями;</li> <li>– выполнение практической работы в форме заполнения таблиц по итогам изучения учебного материала с опорой на собственный опыт</li> </ul>                                                                                                                      |                 |
| 2.       | Современные подходы к воспитанию в системе спортивной подготовки                                     | <p>1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и формы воспитания спортсменов;</li> <li>– влияние современных технологий на процесс воспитания;</li> <li>– особенности воспитания морально-волевых качеств у спортсменов.</li> </ul> <p>2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– изучение текстового материала;</li> <li>– изучение учебных видеороликов;</li> <li>– ознакомление с презентациями;</li> <li>– выполнение практической работы в форме заполнения таблиц по итогам изучения учебного материала</li> </ul> | 12              |
| 3.       | Психологические особенности тренерской деятельности                                                  | <p>1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечение эффективности взаимодействия тренера и спортсмена;</li> <li>– специфика руководства женским спортивным коллективом;</li> <li>– конфликтные ситуации и конфликты, управление конфликтами.</li> </ul> <p>2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– изучение текстового материала;</li> <li>– изучение учебных видеороликов;</li> <li>– работа с диагностическим материалом</li> </ul>                                                                                  | 12              |
| 4.       | Тренировочный процесс с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения | <p>1. <i>Содержание дистанционного обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– понятие дистанционных образовательных технологий и электронного обучения;</li> <li>– условия и формы организации взаимодействия тренера и спортсмена в дистанционном формате;</li> <li>– формы контроля обучения.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 5               |



| №<br>п/п                        | Тема | Содержание самостоятельной работы<br>в режиме дистанционного обучения                                                   | Кол-во<br>часов |
|---------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                 |      | 2. <i>Формы организации дистанционной работы:</i><br>– изучение текстового материала;<br>– ознакомление с презентациями |                 |
| <b>Промежуточная аттестация</b> |      | Описание промежуточной аттестации представлено ниже                                                                     | 1               |
| <b>ВСЕГО:</b>                   |      |                                                                                                                         | <b>42</b>       |

### Промежуточная аттестация

#### Описание промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме зачета с использованием 20 тестовых заданий различного типа (закрытого, на соответствие). Задания размещаются на сервере дистанционного обучения Калининградского областного института развития образования <https://2020.baltinform.ru/>. На проведение промежуточной аттестации отводится один академический час.

#### Критерии оценки промежуточной аттестации

Каждое задание оценивается по следующей системе:

- ответы на задания *в закрытой форме* оцениваются от 0 до 2 баллов за каждый ответ: за неправильный ответ (или отсутствие ответа) устанавливается 0 баллов, за правильный ответ устанавливается 2 балла;
- ответы на задания *в форме соответствия* оцениваются от 0 до 2 баллов за каждый ответ: за неправильный ответ (или отсутствие ответа) устанавливается 0 баллов, за незначительные ошибки в ответе — 1 балл, за правильный ответ — 2 балла.

Баллы, полученные за все выполненные задания, суммируются. Максимальная сумма за правильное выполнение всех заданий теста — 40 баллов (или 100 %).

По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается отметка «зачтено» или «не зачтено». Отметка «не зачтено» устанавливается при результативности от 0 до 27 баллов (до 70 %). Основанием для получения зачета является положительный результат (не менее 28 баллов, что соответствует 70 % и более) выполнения тестовых заданий.

#### Примерные тестовые задания для промежуточной аттестации

1. Основными факторами, способствующими повышению активности обучающихся во время занятия, являются (*среди перечисленных вариантов выберите три, которые являются правильными*):

- а) правильная постановка задач;
- б) использование игрового и соревновательного методов;
- в) оптимальная загруженность обучающихся на занятии;
- г) использование на занятии разнообразных средств и методов;
- д) поведение тренера и обстановка на занятии;
- е) создание положительного эмоционального фона.

2. Для чего тренеру (педагогу) нужен психологический анализ собственного занятия? Выберите один правильный ответ.

- а) формирования умения успешно решать педагогические задачи;
- б) оценки проведенного занятия;
- в) анализа подготовки к занятию.

3. Какой метод позволяет наиболее полно оценить спортивную одаренность? Выберите один правильный ответ.

- а) тестирование;
- б) соревнование;
- в) игровой.

4. Главная причина деления тренировочного занятия на три части является физиологическая закономерность, связанная с фазовым изменением работоспособности при выполнении мышечной работы. Установите, верно или неверно данное утверждение.

- а) верно (да);
- б) неверно (нет).

5. Реализация игровых приемов и ситуаций при урочной форме занятий происходит по следующим основным направлениям (из предложенных вариантов ответа необходимо выбрать один или несколько правильных):

- а) дидактическая цель ставится перед учащимися в форме игровой задачи;
- б) учебная деятельность подчиняется правилам игры;
- в) учебный материал используется в качестве ее средства, в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который переводит дидактическую задачу в игровую;
- г) успешное выполнение дидактического задания связывается с игровым результатом;
- д) все ответы верны.

6. В физическом воспитании для повышения качества учебно-воспитательного процесса применяется комплексный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия, состоящий из трех самостоятельных его видов (выберите правильный ответ):

- а) определения моторной плотности; определения физиологической кривой занятия ЧСС; психолого-педагогический анализ занятия;
- б) хронометрирование занятия; определения общей плотности; педагогический анализ занятия;
- в) хронометрирование занятия; определения физиологической кривой занятия по ЧСС; собственно-педагогический анализ занятия.

7. Установите соответствие между волевыми качествами школьников и их определениями:

| Волевые качества |               | Определение |                                                                                           |
|------------------|---------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                | Упорство      | А           | Способность подавлять импульсивные, малообдуманные реакции                                |
| 2                | Настойчивость | Б           | Способность концентрировать внимание на выполняемом задании, несмотря на помехи           |
| 3                | Смелость      | В           | Способность качественно выполнять задание, несмотря на возникающее чувство боязни, страха |
| 4                | Сдержанность  | Г           | Однократное, но длительное использование волевых усилий                                   |



| Волевые качества |             | Определение |                                                                          |
|------------------|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 5                | Собранность | Д           | Стремление достичь цели, несмотря на возникающие препятствия и трудности |

8. Установите соответствие между самыми благоприятными периодами развития силы отдельно у мальчиков (юношей) и девочек (девушек):

| Пол занимающихся |                   | Возрастной период |                           |
|------------------|-------------------|-------------------|---------------------------|
| 1                | Мальчики (юноши)  | А                 | От 9-12 лет до 17 лет     |
|                  |                   | Б                 | От 14 до 19 лет           |
| 2                | Девочки (девушки) | В                 | От 13-14 лет до 17-18 лет |
|                  |                   | Г                 | От 10 до 11 лет           |

9. Дистанционные образовательные технологии — это (из предложенных вариантов ответа необходимо выбрать один правильный):

а) образовательные технологии, реализуемые с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учителя и учеников;

б) образовательные технологии, реализуемые с применением информационно-телекоммуникационных сетей при непосредственном взаимодействии обучающихся и педагогических работников;

в) организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей.

10. Какие действия относятся к этапу разработки дистанционного занятия? Из предложенных вариантов ответа необходимо выбрать несколько правильных.

- а) разработка контрольных заданий для каждого учебного элемента;
- б) структуризация учебных элементов, выбор формы их предъявления;
- в) создание видеоконференции;
- г) подбор списка литературы и гиперссылок на ресурсы Интернет;
- д) разработка интерактивного расписания;
- е) выбор ресурса, установка;
- ж) подготовка глоссария по тематике дистанционного занятия.

### Список литературы

#### Список обязательной литературы

1. Козина, Ж. Г. Дистанционная физическая культура: миф или реальность / Ж. Г. Козина // Научно-методический электронный журнал «Калининградский вестник образования». — 2020. — № 2 (6) / апрель. — С. 28-34. — URL: <https://koirjournal.ru/realises/g2020/3jul2020/kvo204/> (дата обращения: 26.02.2021).

2. Методические рекомендации о механизмах и критериях отбора спортивно одаренных детей, утвержденные Министерством спорта Российской Федерации. — URL: <http://docs.cntd.ru/document/565612074> (дата обращения: 04.03.2021).

3. Методические рекомендации по разработке научно-обоснованных модельных характеристик подготовки спортсмена по виду спорта, имеющих прикладное значение, утвержденные Министерством спорта Российской Федерации 03 июля 2020 года. — URL: <https://legalacts.ru/doc/metodicheskie-rekomendatsii-po-razrabotke-nauchno-obosnovannykh-modelnykh-kharakteristik-podgotovki-sportsmena/> (дата обращения: 04.03.2021).

### Список дополнительной литературы

1. **Замогильнов, А. И.** Современные аспекты теории и методики детско-юношеского спорта : Учебное пособие / А. И. Замогильнов — Шуя : ФГОУ ВПО «ИвГУ» Шуйский филиал, 2014. — 143 с. — URL: <https://clck.ru/TYkvD> (дата обращения: 20.02.2021).
2. **Попов, В. Б.** 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / В. Б. Попов. — Москва : Олимпия Пресс, Терра Спорт, 2002. — 208 с. — ISBN 978-5-904885-47-2.

### Электронная поддержка образовательного процесса

1. **Дистант — не приговор** : [страница] // Калининградский областной институт развития образования : [сайт]. — URL: <https://www.koiro.edu.ru/distant-ne-prigovor/> (дата обращения: 25.02.2021).
2. **Журнал «Физическая культура и спорт»** : [официальный сайт]. — URL: <http://www.fismag.ru/pub.php> (дата обращения: 25.02.2021).
3. **Инструменты дистанционного обучения** : [текст] // ЮНЕСКО : [сайт]. — URL: <https://ru.unesco.org/node/320923> (дата обращения: 26.02.2021).
4. **Портал о здоровом образе жизни** (официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации) : [официальный сайт]. — URL: <https://www.takzdorovo.ru/download/> (дата обращения: 04.03.2021).
5. **Федеральный центр подготовки спортивного резерва** : [официальный сайт]. — URL: <http://fcpsr.ru> (дата обращения: 04.03.2021).



## ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Прохождение итоговой аттестации является обязательным и проводится с целью оценки качества подготовки обучающихся, завершающих обучение по ДПП ПК «Актуальные подходы к осуществлению тренировочной деятельности в области физической культуры и спорта».

К итоговой аттестации допускаются слушатели, успешно выполнившие все практические задания в рамках дистанционного курса и прошедшие промежуточные аттестации. Итоговая аттестация по результатам освоения программы проводится в дистанционном формате в виде выполнения практической работы. Выполнение практической работы рассчитано на 2 часа и предполагает самостоятельную работу слушателя.

Оценивание итоговой аттестационной работы осуществляется в форме «зачтено» / «не зачтено». Основанием для получения зачета по итогам освоения программы является следующий результат: не менее 85 %, набранных суммарно, в соответствии с критериями оценки работы.

### Критерии оценивания итоговой аттестационной работы

Оценивание практической работы осуществляется согласно установленным критериям. Набранные баллы по каждому из критериев суммируются.

Максимальная сумма — 40 баллов (или 100 %).

На основании итоговой суммы баллов устанавливается отметка в форме «зачтено» / «не зачтено».

Отметка «не зачтено» устанавливается при результативности от 0 до 33 баллов (до 85 %). Основанием для получения зачета является положительный результат, составляющий не менее 34 баллов (от 85 % и выше).

### Критериальный лист оценивания заданий итоговой аттестационной работы

| № п/п | Критерии                                                                                                        | Количество баллов |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1.    | <i>Грамотное оформление (в соответствии с инструкцией, отсутствие грамматических и орфографических ошибок).</i> |                   |
|       | Критерий проявляется в полной мере                                                                              | 5                 |
|       | Критерий проявляется частично                                                                                   | 3                 |
|       | Критерий не выражен                                                                                             | 0                 |
| 2.    | <i>Четкая формулировка ответов на вопросы, соотношение с содержанием статьи.</i>                                |                   |
|       | Критерий проявляется в полной мере                                                                              | 10                |
|       | Критерий проявляется частично                                                                                   | 5                 |
|       | Критерий не выражен                                                                                             | 0                 |
| 3.    | <i>Наличие ответов в полном объеме (на все вопросы).</i>                                                        |                   |
|       | Критерий проявляется в полной мере                                                                              | 5                 |
|       | Критерий проявляется частично                                                                                   | 3                 |

| №<br>п/п      | Критерии                                                                                                                                                                                          | Количество баллов |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|               | Критерий не выражен                                                                                                                                                                               | 0                 |
| 4.            | <i>Аргументация ответов, использование примеров и фактов, умение формулировать проблемы и пути их решения.</i>                                                                                    |                   |
|               | Критерий проявляется в полной мере                                                                                                                                                                | 10                |
|               | Критерий проявляется частично                                                                                                                                                                     | 5                 |
|               | Критерий не выражен                                                                                                                                                                               | 0                 |
| 5.            | <i>Наличие понимания смысла собственной тренерской (педагогической) деятельности, наличие примера собственных подходов к обучению и воспитанию, видение проблем и возможных путей их решения.</i> |                   |
|               | Критерий проявляется в полной мере                                                                                                                                                                | 10                |
|               | Критерий проявляется частично                                                                                                                                                                     | 5                 |
|               | Критерий не выражен                                                                                                                                                                               | 0                 |
| <b>Итого:</b> |                                                                                                                                                                                                   | <b>40</b>         |

#### Задания для итоговой аттестации

1. Внимательно прочитайте статью кандидата педагогических наук Е. П. Максачук «Роль спортивного воспитания в становлении личности юного спортсмена», пройдя по ссылке [file:///C:/Users/z.kozina.KOIRO/Desktop/GN\\_2012-03-58-59.pdf](file:///C:/Users/z.kozina.KOIRO/Desktop/GN_2012-03-58-59.pdf).

2. Проанализируйте содержание данной статьи и подготовьте ответы на следующие вопросы:

- 1) Какой подход описывается в данной статье?
- 2) С чем Вы согласны?
- 3) С чем Вы не согласны и почему?
- 4) Какие современные подходы в области обучения и (или) воспитания Вы можете добавить из своей практики?

3. Оформите итоговую практическую работу в текстовом документе Microsoft Word (размер шрифта — 12; междустрочный интервал — 1,5; выравнивание — по ширине; абзацный отступ — 1,25 см; гарнитура — Times New Roman; цвет текста — черный) объемом не более 3-х страниц.