

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
**«Проектирование спортивной деятельности
в детско-юношеском спорте»**

Программа обсуждена и утверждена
на заседании Ученого совета
21.02.2017 г. (Протокол № 2)



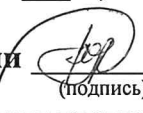
Председатель Ученого совета
И.А. Ворькина/

Калининград
2017

Лист согласования

Составитель: Козина Ж.Г., методист кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте» обсуждена и утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии Калининградского областного института развития образования (протокол № 2 от 21.02 2017 г.).

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

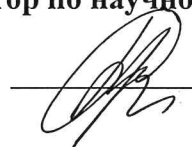
Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте» утверждена Ученым советом Калининградского областного института развития образования (протокол № 2 от 21.02 2017 г.).

Программа пересмотрена на заседании Ученого совета

Внесены следующие изменения (или изменений не внесено):

Протокол № ____ от _____ 201__ г.

Проректор по научно-методической работе

 /В.П. Вейдт/

Содержание

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»

Список сокращений и условных обозначений	4
Пояснительная записка.....	5
Учебный план дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте».....	8
Календарный учебный график дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»	9
Рабочие программы образовательных модулей дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»	10
Итоговая аттестация.....	20

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

ФЗ	Федеральный закон
РФ	Российская Федерация
ФГТ	Федеральные государственные требования
Минспорт России	Министерство спорта Российской Федерации

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. В условиях жесткой конкуренции в сфере физической культуры и спорта появляются повышенные требования к профессионализму педагогов, осуществляющих подготовку спортивного резерва в организациях дополнительного образования. В свою очередь, спортивные школы нуждаются в развитии и внедрении современных научных методик подготовки спортсменов. Важным условием выполнения задач, стоящих перед спортивными школами, является грамотное, профессиональное планирование, предусматривающее непрерывность и последовательность в учебно-тренировочном процессе.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте» (далее – Программа) разработана с учётом Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р (далее – Концепция), одним из приоритетных направлений которой является развитие кадрового потенциала системы дополнительного образования детей. Реализация данного направления предполагает организацию ряда мероприятий, в том числе: модернизацию требований к уровню подготовки педагогических кадров сферы дополнительного образования в системах образования и спорта с опорой на профессиональный стандарт и модель карьерного роста и формирование современной системы сопровождения непрерывного профессионального развития педагогических кадров сферы дополнительного образования детей.

Содержание программы направлено на повышение квалификации специалистов, осуществляющих физическое воспитание детей и молодежи, а также подготовку спортивного резерва.

Цель программы: повышение уровня компетентности педагогов в вопросах проектирования спортивной деятельности в организациях дополнительного образования детей в соответствии с федеральными государственными требованиями.

Задачи программы:

- способствовать внедрению в учебно-тренировочный процесс современных технологий в области детско-юношеского спорта;
- развитие практических умений и навыков построения спортивной тренировки спортсменов на различных этапах их возрастного развития (детском, подростковом, юношеском возрасте);
- формирование системы практических умений планировать и управлять тренировочным процессом.

Связь дополнительной профессиональной программы профессиональными стандартами.

Наименование выбранного профессионального стандарта	«Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
---	--

Наименование обобщенной трудовой функции	«Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам»
Наименование трудовой функции	«Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы»
Трудовые действия	Определение педагогических целей и задач, планирование занятий и (или) циклов занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности (области дополнительного образования)
Необходимые умения	1. Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы и т.п.). 2. Корректировать содержание программ, системы контроля и оценки, планов занятий и т.п. по результатам анализа их реализации.
Необходимые знания	1. Содержание и методика реализации дополнительных общеобразовательных программ, в т. ч. современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания. 2. ФГТ (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам).

В соответствии с Положением об организации планового повышения квалификации педагогических и руководящих работников образовательных организаций в государственном автономном учреждении Калининградской области дополнительного профессионального образования «Институт развития образования» (протокол № 9 от 21.12.2016 г.) Программа соответствует базовому уровню и реализуется в объеме 16 часов.

В результате освоения Программы слушатель будет:

Знать:

- Федеральные государственные требования (ФГТ) к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в избранной области;
- теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта.

Уметь:

- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;
- осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение спортивных результатов;
- корректировать содержание программ по результатам анализа их реализации.

Владеть:

- технологией подготовки спортсменов в избранном виде спорта на этапах подготовки;

— актуальными для избранного вида спорта технологиями планирования, педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием спортсмена.

Для успешного освоения программы в Институте предусмотрены следующие **организационно-педагогические условия**: лекционные аудитории, актовый зал, библиотека с необходимой учебной и научной литературой, современное мультимедийное оборудование, ноутбуки, компьютерный класс, предоставляется открытый доступ в сеть Интернет.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие формы учебных занятий: лекции, практические занятия, семинары, выполнение аттестационной работы в виде тестирования.

Программа базируется на принципах вариативности (развитие у слушателей вариативного мышления для выбора вариантов решения поставленных проблем) и проблемности содержания (нацеленность на решение задач педагогической практики).

Программа направлена на развитие способности к обновлению педагогической деятельности, освоение новых педагогических технологий.

Кадровый потенциал реализации программы. К организации образовательного процесса предполагается привлечение специалистов Института рекреации, туризма и физической культуры Балтийского федерального университета имени Иммануила Канта, а также опытных педагогов-практиков и руководителей передовых образовательных организаций дополнительного образования города Калининграда и области.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»
(базовый уровень)

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

Срок освоения программы: 16 часов.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: в соответствии с расписанием.

Документ по окончании обучения: удостоверение о повышении квалификации.

Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»

Шифр модуля	Образовательный модуль	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ					
НПР 1	Нормативные основы организации тренировочного процесса	2	-	-	2
ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ					
ПМР 1	Инновационные технологии в детско-юношеском спорте	2	4	-	6 (в т.ч. промеж. аттест.)
ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ*					
ВР 1	Технология планирования в спорте	-	6	-	6 (в т.ч. промеж. аттест.)
ВР 2	Обеспечение безопасности образовательного процесса	-	6	-	6 (в т.ч. промеж. аттест.)
Итоговая аттестация					2
ВСЕГО:					16

**Вариативный раздел предусматривает выбор слушателем 1 (одного) модуля объемом 6 часов.*

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»

№ п/п	Наименование структурного компонента программы	Всего час.	Трудоемкость, часы*			Кол-во ауд. дней*
			Лекц. зан.	Практ. зан.	Сам. раб. / дист. обуче- ние	
1.	Нормативные основы организации тренировочного процесса	2	2	-	-	0,2
2.	Инвариантный предметный модуль «Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»	6	2	4	-	1
3.	Вариативный раздел*	6	-	6	-	1
4.	Итоговая аттестация	2	-	-	-	0,2
ИТОГО:		16	4	10	-	2,4

* Количество часов, отведенных на лекционные и практические занятия вариативного раздела, рассчитывается в соответствии с учебным планом при условии, что 1 аудиторный день равен 6 академическим часам.

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ
образовательных модулей дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации
«Проектирование спортивной деятельности в детско-юношеском спорте»

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ

Рабочая программа образовательного модуля
«Нормативные основы организации тренировочного процесса»

Результат освоения образовательного модуля «Нормативные основы организации тренировочного процесса»: знакомство с нормативно-правовыми основами реализации учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования.

Учебно-тематический план образовательного модуля
«Нормативные основы организации тренировочного процесса»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Нормативные основы организации тренировочного процесса	2	-	-	2
ВСЕГО:		2	-	-	2

Содержание образовательного модуля
«Нормативные основы организации тренировочного процесса»

Содержание лекционных занятий образовательного модуля
«Нормативные основы организации тренировочного процесса»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Содержание образования в организациях дополнительного образования спортивной направленности	Требования к содержанию и условиям реализации общеобразовательных программ в области дополнительного образования	1
2.	Федеральные государственные требования	Требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам	1
ВСЕГО:			2

Вопросы для итоговой аттестации

1. Расшифруйте аббревиатуру ФГТ.
2. ФГТ это документ, регламентирующий требования к:
 - а) минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам;

б) основным образовательным программам начального, основного и общего среднего образования;

в) программам развития и воспитания, реализуемых в образовательной организации.

3. Укажите несуществующий этап многолетней подготовки спортсменов (выберите правильный ответ):

а) спортивно-оздоровительный этап

б) тренировочный этап

в) учебно-подготовительный этап

г) этап высшего спортивного мастерства

4. В соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ спортсмены имеют права на (укажите один или несколько правильных ответов):

а) выбор видов спорта;

б) участие в спортивных соревнованиях по выбранным видам спорта в порядке, установленном правилами этих видов спорта и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях;

в) включение в составы спортивных сборных команд Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов;

г) получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;

д) осуществление иных прав в соответствии с законодательством Российской Федерации;

е) все ответы верны.

Список нормативных документов

1. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. Распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).

2. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

4. Письмо Минспорта России от 12 мая 2014 г. № ВМ-04-10/2554 «О направлении методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

5. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 г. № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

Электронные ресурсы

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 02.02.2017).

2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». - Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 02.02.2017).

3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/> - (Дата обращения: 02.02.2017).

4. Сайт Министерства спорта Российской Федерации. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> - (Дата обращения: 02.02.2017).

5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/Index.htm> - (Дата обращения: 02.02.2017).

ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Рабочая программа образовательного модуля

«Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»

Результат освоения образовательного модуля «Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»: формирование умения проектировать образовательную и тренировочную деятельность в области дополнительного образования детей на основе современных технологий подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки.

Учебно-тематический план образовательного модуля

«Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Инновационные технологии в детско-юношеском спорте	2	3,75	-	5,75
Промежуточная аттестация		-	0,25	-	0,25
ВСЕГО:		2	4	-	6

Содержание образовательного модуля

«Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»

Содержание лекционных занятий образовательного модуля

«Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»

№ п/п	Тема	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов
1.	Инновационные технологии в детско-юношеском спорте	Характеристика и особенности инновационных технологий в детско-юношеском спорте	2
ВСЕГО:			2

Содержание практических занятий образовательного модуля

«Инновационные технологии в детско-юношеском спорте»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Проектирование профессиональной деятельности педагогов в области дополнительного образования детей на основе инновационных технологий	Практический семинар по методам применения технологий в спортивной подготовке	3,75
Промежуточная аттестация		Содержание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
ВСЕГО:			4

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме зачета с использованием тестовых заданий. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 часов инвариантного предметного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является положительный результат (не менее 85%) выполнения тестовых заданий.

Тестовые задания для промежуточной аттестации

1. Основными положениями правильного построения тренировочного занятия являются (укажите один или несколько правильных ответов):

- а) выполнение полноценной разминки перед тренировкой;
- б) выполнение упражнений для активного отдыха в интервалах между тренировочными нагрузками в одном занятии;
- в) использование пассивного отдыха в состоянии полного расслабления в оптимальной позе;
- г) выполнение упражнений в расслаблении в интервалах между тренировочными нагрузками и после занятий;
- д) применение упражнений и специальных средств с целью создания положительного эмоционального фона для последующего выполнения основной тренировочной работы на более высоком уровне;
- е) выполнение индивидуально подобранных упражнений для заключительной части тренировки (заминки);
- ж) после тренировки обязательно выполняются восстановительные упражнения.

2. Среди факторов, оптимизирующих подготовку спортсменов, основное место занимают различные средства и методы восстановления (впишите пропущенное слово) и повышения спортивной работоспособности (впишите в текст слова, представленные).

средства
восстановления
работоспособности

3. В системе восстановления спортсменов условно выделяют следующие средства:

- а) педагогические,
- б) гигиенические,
- в) медико-биологические
- г) психологические средства.

4. Когда целесообразно применять средства восстановления в современной спортивной практике (укажите один или несколько правильных ответов):

а) В период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы не только после выступления спортсменов, но и во время их проведения или перед началом соревнований.

б) Непосредственно в различных формах учебно-тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

Список литературы

Список основной 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.

2. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 г. № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».
4. Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте [Электронный ресурс]: учеб. пособие / З.С. Варфоломеев, В.Ф. Воробьев, Е.В. Максимихина, С.Е. Шивринская. – 2-е изд. – М.: ФЛИНТА, 2012. – 153 с.

Список дополнительной литературы

1. Бальсевич, В.К. Перспектива развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1999. - №4. - С. 21-25.
2. Гелецкий, В.М. Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие / Сиб. федер. ун-т; [Сост. В.М. Гелецкий]. – Красноярск: ИПК СФУ, 2008. – 342 с.
3. Кузин, В.В. Система восстановления и повышения спортивной работоспособности / В.В. Кузин, А.П. Лаптев. – М.: РГАФК, 1999. – 31 с.
4. Никитушкин, В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.
5. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений/под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Издат. Центр «Академия», 2010. – 336 с.
6. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений/под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Издат. Центр «Академия», 2010. – 336 с.
7. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.
8. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб. зав. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. -4-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 480 с.

Электронные ресурсы

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 02.02.2017).
2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». – Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 02.02.2017).
3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/> - (Дата обращения: 02.02.2017).
4. Сайт Министерства спорта Российской Федерации. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka> - (Дата обращения: 02.02.2017).
5. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/Index.htm> - (Дата обращения: 02.02.2017).

ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ

Рабочая программа образовательного модуля «Технология планирования в спорте»

Результат освоения образовательного модуля «Технология планирования в спорте»: формирование практических навыков планирования тренировочного процесса с установкой на достижение спортивных результатов; владения актуальными для избранного вида спорта технологиями планирования.

Учебно-тематический план образовательного модуля «Технология планирования в спорте»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		Ауд. зан.		Сам. раб.	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Технология планирования в спорте	-	5,75	-	5,75
Промежуточная аттестация		-	0,25	-	0,25
ВСЕГО:		-	6	-	6

Содержание образовательного модуля «Технология планирования в спорте»

Содержание практических занятий образовательного модуля «Технология планирования в спорте»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Технология планирования в спорте	Методический семинар по разработке годового плана подготовки в рамках планирования многолетней тренировки в соответствии с ФССП в форме практических занятий	5,75
Промежуточная аттестация		Содержание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
ВСЕГО:			6

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме зачета с использованием тестовых заданий. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 аудиторных часов углубленного предметного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является положительный результат (не менее 85%) выполнения тестовых заданий.

Тестовые задания для промежуточной аттестации

1. Основным критерием эффективности многолетней подготовки является _____, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта (впишите определение).

2. На основе каких методических положений строится многолетний процесс тренировки спортсмена (выберите один или несколько правильных ответов):

а) единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп.

б) целевая направленность по отношению к высшему спортивному мастерству в процессе подготовки для всех возрастных групп.

в) оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетней тренировки.

г) неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется.

д) поступательное увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок.

е) строгое соблюдение постепенности в процессе использования тренировочных и соревновательных нагрузок с учетом биологического возраста и индивидуальных возможностей спортсмена

ж) одновременное воспитание физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки и преимущественное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого.

3. Назовите формы планирования на разных этапах многолетней спортивной подготовки.

Список литературы

Список основной 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.

2. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб. зав. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 480с.

Список дополнительной литературы

1. Гелецкий, В.М. Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие /Сиб. федер. ун-т; [Сост. В.М. Гелецкий]. – Красноярск: ИПК СФУ, 2008. – 342 с.

2. Никитушкин, В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.

3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.

4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. вузов. - М.: Изд. центр «Академия», 2004. - 480 с.

Электронные ресурсы

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://bmsi.ru>. - (Дата обращения: 15.12.2016).

2. Сайт журнала «Физическая культура и спорт». – Режим доступа: <http://www.fismag.ru/pub.php>. - (Дата обращения: 15.12.2016).

3. Сайт журнала Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot-> (Дата обращения: 15.12.2016).

4. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/Index.htm-> (Дата обращения: 15.12.2016).

Рабочая программа образовательного модуля
«Обеспечение безопасности образовательного процесса»

Результат освоения образовательного модуля «Обеспечение безопасности образовательного процесса»: формирование умения своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата.

Учебно-тематический план образовательного модуля
«Обеспечение безопасности образовательного процесса»

№ п/п	Тема	Формы организации, часы			Всего час.
		<i>Ауд. зан.</i>		<i>Сам. раб.</i>	
		Лекц. зан.	Практ. зан.	Дист. обучение	
1.	Обеспечение безопасности образовательного процесса	-	5,75	-	5,75
Промежуточная аттестация		-	0,25	-	0,25
ВСЕГО:		-	6	-	6

Содержание образовательного модуля
«Обеспечение безопасности образовательного процесса»

Содержание практических занятий образовательного модуля
«Обеспечение безопасности образовательного процесса»

№ п/п	Тема	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	Обеспечение безопасности образовательного процесса	Практический семинар с просмотром видеоматериалов с фрагментами учебно-тренировочных занятий и анализом условий проведения, работой в подгруппах с выполнением заданий по тематике	5,75
Промежуточная аттестация		Содержание промежуточной аттестации представлено ниже	0,25
ВСЕГО:			6

Промежуточная аттестация по результатам освоения образовательного модуля осуществляется в форме зачета с использованием тестовых заданий. На проведение промежуточной аттестации отводится 0,25 часа в рамках 6 аудиторных часов углубленного, предметного модуля. По итогам промежуточной аттестации слушателю устанавливается оценка «зачтено» или «не зачтено». Основанием для получения зачета является положительный результат (не менее 85%) выполнения тестовых заданий.

Тестовые задания для промежуточной аттестации

1. Проведение учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований разрешается (выберите один или несколько правильных ответов):

а) на спортивных базах, спортивных сооружениях, принятых в эксплуатацию согласно акта государственной приемной комиссии;

б) на других спортивных базах, спортсооружениях при наличии разрешения их дирекции, согласованного с местными организациями спасения на водах, Госавтоинспекцией, горноспасательной и санитарно-эпидемиологической службой с учетом характера территории;

в) при погодных условиях, не представляющих опасности для здоровья и жизни физкультурников и спортсменов;

г) только при соответствии мест занятий, инвентаря и одежды занимающихся метеорологическим условиям и санитарно-гигиеническим нормам.

д) в любых условиях.

2. Запрещается допуск к учебно-тренировочным занятиям и соревнованиям занимающихся физической культурой и спортом:

а) не прошедших врачебного диспансерного обследования;

б) не выполнивших назначенные лечебно-профилактические мероприятия;

в) прибывших на учебно-тренировочный сбор без соответствующей медицинской документации;

г) не получивших разрешения врача к занятиям и соревнованиям после перенесенных травм и заболеваний;

д) прошедших все необходимые медицинские обследования.

3. Внутренними факторами, вызывающими спортивные травмы, являются (исключите один неправильный ответ):

а) состояние утомления, переутомления;

б) перетренировка;

в) хронические очаги инфекций;

г) индивидуальные особенности организма;

д) возможные перерывы в занятиях;

е) физическая подготовленность.

Список литературы

Список основной 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.

2. Никитушкин, В.Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов/ В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2013. – 208 с.

Список дополнительной литературы

1. Никитушкин, В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.

2. Царик, А.В. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации / автор-составитель А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2002. – 700 с.

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Прохождение итоговой аттестации является обязательным и проводится с целью оценки качества подготовки обучающихся, завершающих обучение по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации.

Итоговая аттестация проводится очно в виде выполнения заданий из нормативно-правового, предметно-методического и вариативного разделов программы.

На проведение итоговой аттестации предусмотрено 2 часа.

Ниже представлены примеры аттестационных испытаний, проверяющих достижение образовательных результатов по итогам освоения программы.

Оценивание итоговой аттестационной работы осуществляется в форме «зачет» / «незачет». Основанием для получения зачета по итогам освоения программы является положительный результат (не менее 85% правильных ответов) выполнения аттестационной работы в форме тестирования.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЙ РАЗДЕЛ

1. Расшифруйте аббревиатуру ФГТ.
2. ФГТ это документ, регламентирующий требования к:
 - г) минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных профессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам;
 - д) основным образовательным программам начального, основного и общего среднего образования;
 - е) программам развития и воспитания, реализуемых в образовательной организации.
3. Укажите несуществующий этап многолетней подготовки спортсменов (выберите правильный ответ):
 - д) спортивно-оздоровительный этап
 - е) тренировочный этап
 - ж) учебно-подготовительный этап
 - з) этап высшего спортивного мастерства
4. В соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ спортсмены имеют права на (укажите один или несколько правильных ответов):
 - ж) выбор видов спорта;
 - з) участие в спортивных соревнованиях по выбранным видам спорта в порядке, установленном правилами этих видов спорта и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях;
 - и) включение в составы спортивных сборных команд Российской Федерации при условии соответствия критериям отбора спортсменов;
 - к) получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации;
 - л) осуществление иных прав в соответствии с законодательством Российской Федерации;
 - м) все ответы верны.

ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Основными положениями правильного построения тренировочного занятия являются (укажите один или несколько правильных ответов):
 - а) выполнение полноценной разминки перед тренировкой;

- б) выполнение упражнений для активного отдыха в интервалах между тренировочными нагрузками в одном занятии;
- в) использование пассивного отдыха в состоянии полного расслабления в оптимальной позе;
- г) выполнение упражнений в расслаблении в интервалах между тренировочными нагрузками и после занятий;
- д) применение упражнений и специальных средств с целью создания положительного эмоционального фона для последующего выполнения основной тренировочной работы на более высоком уровне;
- е) выполнение индивидуально подобранных упражнений для заключительной части тренировки (заминки);
- ж) после тренировки обязательно выполняются восстановительные упражнения.

2. Среди факторов, оптимизирующих подготовку спортсменов, основное место занимают различные средства и методы восстановления (впишите пропущенное слово) и повышения спортивной работоспособности (впишите в текст слова, представленные).

средства
восстановления
работоспособности

3. В системе восстановления спортсменов условно выделяют следующие средства:

- а) педагогические,
- б) гигиенические,
- в) медико-биологические
- г) психологические средства.

4. Когда целесообразно применять средства восстановления в современной спортивной практике (укажите один или несколько правильных ответов):

а) В период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы не только после выступления спортсменов, но и во время их проведения или перед началом соревнований.

б) Непосредственно в различных формах учебно-тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

ВАРИАТИВНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Основным критерием эффективности многолетней подготовки является _____, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта (впишите определение).

2. На основе каких методических положений строится многолетний процесс тренировки спортсмена (выберите один или несколько правильных ответов):

- а) единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп.
- б) целевая направленность по отношению к высшему спортивному мастерству в процессе подготовки для всех возрастных групп.
- в) оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетней тренировки.
- г) неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется.
- д) поступательное увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок.

е) строгое соблюдение постепенности в процессе использования тренировочных и соревновательных нагрузок с учетом биологического возраста и индивидуальных возможностей спортсмена

ж) одновременное воспитание физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки и преимущественное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого.

3. Назовите формы планирования на разных этапах многолетней спортивной подготовки.

4. Проведение учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований разрешается (выберите один или несколько правильных ответов):

а) на спортивных базах, спортивных сооружениях, принятых в эксплуатацию согласно акта государственной приемной комиссии;

б) на других спортивных базах, спортсооружениях при наличии разрешения их дирекции, согласованного с местными организациями спасения на водах, Госавтоинспекцией, горно-спасательной и санитарно-эпидемиологической службой с учетом характера территории;

в) при погодных условиях, не представляющих опасности для здоровья и жизни физкультурников и спортсменов;

г) только при соответствии мест занятий, инвентаря и одежды занимающихся метеорологическим условиям и санитарно-гигиеническим нормам.

д) в любых условиях.

5. Запрещается допуск к учебно-тренировочным занятиям и соревнованиям занимающихся физической культурой и спортом:

а) не прошедших врачебного диспансерного обследования;

б) не выполнивших назначенные лечебно-профилактические мероприятия;

в) прибывших на учебно-тренировочный сбор без соответствующей медицинской документации;

г) не получивших разрешения врача к занятиям и соревнованиям после перенесенных травм и заболеваний;

д) прошедших все необходимые медицинские обследования.

6. Внутренними факторами, вызывающими спортивные травмы, являются (исключите один неправильный ответ):

а) состояние утомления, переутомления;

б) перетренировка;

в) хронические очаги инфекций;

г) индивидуальные особенности организма;

д) возможные перерывы в занятиях;

е) физическая подготовленность.