

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 23.06.2025 20:30:58  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Утверждаю:  
Зав.каф.: А.А. Батукаев

Протокол № 9 заседания  
кафедры от « 30 » 04 2025 г.



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Основы детско-юношеского спорта»**  
(наименование дисциплины (модуля))

**49.03.01 Физическая культура**  
(код и направление подготовки)

**Профиль(и) подготовки**  
**«Технологии спортивной подготовки»**

**Квалификация**  
**бакалавр**

**Форма обучения**  
очная, заочная

**Год набора**  
2025

Грозный, 2025

## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

### 1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы детско-юношеского спорта» (Б1.В.ДВ.01.01) относится к Блоку 1. Дисциплины (модули), обязательной части (часть, формируемая участниками образовательных отношений) Б1.В.ДВ.01. Модуль (Дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1)) основной образовательной программы по профилю «Технологии спортивной подготовки».

Изучение дисциплины «Основы детско-юношеского спорта» является необходимой основой для прохождения научно-исследовательской и преддипломной практик, для подготовки к государственной итоговой аттестации.

### 1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

**Цель освоения дисциплины «Основы детско-юношеского спорта»** – сформировать знания в области содержания и организации профессионального физкультурного образования у обучающихся.

### 1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

ПК-3. Методическое обеспечение спортивной подготовки.

ПК-5. Способен обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

ПК-11. Способен осуществлять координации тренировочного, образовательного и методического процесса.

ПК-17. Способен планировать, организовывать и контролировать работу организации в области физической культуры и спорта.

ПК-18. Способен осуществлять анализ деятельности организации физической культуры и спорта.

ПК-20. Способен использовать полученные знания о основах интеллектуальных прав в целях выявления в учетах и практического применения интеллектуальной собственности в физической культуре и спорте.

Таблица 1

| Категория<br>(группа)<br>универсальных компетенций | Код и<br>наименование<br>универсальной компетенции | Код и наименование индикатора достижения<br>универсальной компетенции |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|

|                                                                        |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p> | <p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> | <p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни;</li> <li>- основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели;</li> <li>- основы организации здорового образа жизни;</li> <li>- требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;</li> <li>- правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту;</li> <li>- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;</li> <li>- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;</li> <li>- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;</li> <li>- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</li> </ul> <p>УК-7. 2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</li> <li>- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</li> <li>- проводить занятия по общей физической подготовке;</li> <li>- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;</li> <li>- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</li> </ul> <p>УК-7. 3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта;</li> <li>- планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию</li> </ul> |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                |                                                                                                                                   | <p>физических качеств и воспитанию личности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Безопасность жизнедеятельности | УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций | <p>УК-8. 1.Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> </ul> <p>УК-8. 2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно- спортивных занятий;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> </ul> <p>УК-8. 3.Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в</li> </ul> |

|                                                                                                                            |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                            |                                                                                                                                    | <p>процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения</b>                                                 |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Основные виды деятельности</b>                                                                                          | <b>Код и наименование компетенции</b>                                                                                              | <b>Показатели освоения компетенции</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>ПК 1.</b><br>Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта | <b>ПК 1.1.</b><br>Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта.                                       | <p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования тренировочного процесса с учётом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся в избранном виде спорта (далее - ИВС);</li> </ul> <p><b>Умения:</b> планировать тренировочный процесс с использованием различных методов, приемов и форм организации, с учетом этапа спортивной подготовки, группы занимающихся в ИВС;</p> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования федеральных стандартов спортивной подготовки по ИВС, определяющие особенности спортивной подготовки на различных этапах;</li> <li>- теоретические и методические основы планирования тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки в ИВС.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                            | <b>ПК 1.2.</b> Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта. | <p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбора, эксплуатации и подготовки к занятиям спортивного оборудования и инвентаря;</li> <li>- проведения тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в ИВС;</li> <li>- проведения мероприятий по формированию у обучающихся представления о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям физической культурой и спортом.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий ИВС с учётом задач спортивной подготовки;</li> <li>- проводить тренировочные занятия по основным разделам спортивной подготовки в ИВС;</li> <li>- использовать различные средства, методы, приемы формирования у занимающихся представлений о теоретических основах физической культуры, избранного вида спорта и интереса к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, воспитания физических качеств;</li> <li>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                                                                                                                                        | <p>технику безопасности;</p> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические и методические основы различных разделов спортивной подготовки в ИВС;</li> <li>- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий ИВС, особенности их эксплуатации;</li> <li>- техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в ИВС;</li> <li>- техника профессионально значимых двигательных действий ИВС;</li> <li>- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы занятий на различных этапах спортивной подготовки в ИВС;</li> <li>- условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств в ИВС с учётом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей занимающихся;</li> <li>- средства, методы, приемы формирования у занимающихся представлений о теоретических основах физической культуры, избранного вида спорта и интереса к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- технику безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма на тренировочных занятиях;</li> <li>- способы и приемы страховки и само страховки в ИВС;</li> </ul> |
|  | <p><b>ПК 1.3.</b><br/>Осуществлять контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях.</p> | <p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся, процесса и результатов соревновательной деятельности в ИВС;</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать систему нормативов и методик педагогического контроля на тренировочных занятиях;</li> <li>- пользоваться контрольно-измерительными приборами;</li> <li>- оценивать процесс и результаты тренировочной деятельности;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и методики контроля за тренировочной и соревновательной деятельностью в ИВС;</li> <li>- порядок проведения контрольных упражнений и тестирования для оценки уровня подготовленности занимающихся;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|  | <p><b>ПК 1.4.</b><br/>Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта.</p>                                    | <p><b>Практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения, анализа и самоанализа тренировочных занятий и процесса тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;</li> <li>- наблюдения за деятельностью занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;</li> <li>- выполнения с занимающимися анализа соревновательной деятельности в ИВС;</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать тренировочный процесс и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                        |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                        |                                                                                                                          | соревновательную деятельность;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                        |                                                                                                                          | <b>Знания:</b><br>- подходы к анализу тренировочного процесса и соревновательной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ПК 2.</b><br>Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивных организациях | <b>ПК 2.1.</b><br>Планировать, организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия. | <b>Практический опыт:</b><br>- анализа методических материалов, обеспечивающих организацию проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивных организациях;<br>- планирования проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации;<br>- разработки документов, обеспечивающих организацию и проведение физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчётная документация);<br>- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия;<br>- проведение самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия; |
|                                                                                                                                        |                                                                                                                          | - использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с учетом возраста, подготовленности, интересов занимающихся;<br>- разрабатывать программу проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия;<br>- составлять план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия;<br>- взаимодействовать с занимающимися, участниками мероприятий и иными заинтересованными лицами;<br>- организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия;<br>- составлять отчётную документацию о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия;                                                                                                |
|                                                                                                                                        |                                                                                                                          | <b>Знания:</b><br>- теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивных организациях;<br>- содержание, методы, средства, формы, современные технологии организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;<br>- теоретические и методические основы планирования Физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;<br>- методику организации и проведения физкультурно-оздоровительных и Спортивно-массовых мероприятий;<br>- виды документации, обеспечивающие организацию проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивных организациях, требования к её ведению и оформлению;<br>- основы волонтерской деятельности в области                                          |

|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              | физической культуры и спорта;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Практический опыт:</b><br>- определения уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ПК 3.</b><br>Методическое обеспечение спортивной подготовки | <b>ПК 3.1.</b><br>Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки на основе федеральных стандартов спортивной подготовки, образовательных программ в области физической культуры и спорта, реализуемых на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта. | <b>Практический опыт:</b><br>- анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС;<br>- планирования спортивной подготовки в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Умения:</b><br>- анализировать федеральные стандарты спортивной подготовки, образовательные программы, реализуемые на этапах спортивной подготовки, программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать тренировочный и соревновательный процесс;<br>- осуществлять планирование с учётом особенностей реализуемой программы, этапа спортивной подготовки;<br>- отбирать наиболее эффективные средства и методы, методики подготовки занимающихся по программам этапов спортивной подготовки;<br>- разрабатывать комплексную программу подготовки спортсменов (спортивной команды) к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе;<br>- разрабатывать комплексные и индивидуальные планы подготовки спортсменов (команды) согласно утверждённым планам проведения спортивных мероприятий;<br>определять показатели и подбирать систему тестов с целью оценки уровня подготовленности спортсмена. |
|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Знания:</b><br>- теоретические основы методической деятельности тренера;<br>- порядок аттестации тренеров, квалификационные требования;<br>- условия и требования к спортивной подготовке в физкультурно-спортивных организациях;<br>- виды и особенности программ, реализуемых на этапах спортивной подготовки;<br>- требования к разработке программ, реализуемых на этапах спортивной подготовки;<br>- теоретические основы и методику планирования тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;<br>- современные методики подготовки занимающихся по программам этапов спортивной подготовки;<br>- содержание и методику комплексного контроля в подготовке спортсмена.                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>ПК-5.</b> Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</p>                                                                                                                                       | <p><b>ПК-5.1.</b> Владеет санитарно-гигиеническими правилами и нормами организации учебно-воспитательного процесса.<br/><b>ПК-5.2.</b> Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе, оказывает первую доврачебную помощь обучающимся<br/><b>ПК-5.3.</b> Применяет меры профилактики детского травматизма</p> | <p><b>Знать:</b> основные понятия и теоретические основы медицинских знаний, здоровьесбережения; правила и техники здоровьесбережения.<br/><b>Уметь:</b> оказывать первую доврачебную помощь.<br/><b>Владеть:</b> мерами профилактики детского травматизма.</p>                                                                |
| <p align="center"><b>Тип задач профессиональной деятельности: Организационно-управленческий</b></p>                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Планирование и реализация мероприятий по обеспечению эффективности и соответствия уставным целям деятельности физкультурно-спортивной организации</p>                                                                                                                        | <p>Управление деятельностью и развитием организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p>                                                                                                                                                                                                 | <p><b>ПК-17.</b> Способен планировать, организовывать и контролировать работу персонала организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта.<br/><b>ПК-18.</b> Способен осуществлять анализ данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта.</p>                        |
| <p align="center"><b>Тип задач профессиональной деятельности: Организационно-методический</b></p>                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p align="center"><b>Задача ПД</b></p>                                                                                                                                                                                                                                          | <p align="center"><b>Объект или область знания</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p align="center"><b>Код и наименование профессиональной компетенции</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p>Разработка и реализация мероприятий по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе ФСО, центров спортивной подготовки, а также ОО, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта.</p> | <p>Организационно-методическая деятельность в области ФК и С</p>                                                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>ПК-11.</b> Способен осуществлять координацию тренировочного, образовательного и методического процессов<br/><b>ПК-20.</b> Способен использовать полученные знания о основах интеллектуальных прав в целях выявления, учета и практического применения интеллектуальной собственности в физической культуре и спорте.</p> |

#### 1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 з.е. (72 академ. часа) 6 семестр.

Таблица 2

| Вид учебной работы                                                                                                                                          | Количество |        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------|
|                                                                                                                                                             | Очно       | Заочно |
| <b>4.1. Объем контактной работы обучающихся с преподавателем</b>                                                                                            | 24         | 6      |
| <b>4.1.1. аудиторная работа</b>                                                                                                                             |            | 6      |
| в том числе:                                                                                                                                                |            |        |
| лекции                                                                                                                                                      | 12         | 2      |
| практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка                                                                                         | 12         | 4/4    |
| лабораторные занятия                                                                                                                                        |            |        |
| <b>4.1.2. внеаудиторная работа</b>                                                                                                                          |            | 66     |
| в том числе:                                                                                                                                                |            |        |
| индивидуальная работа обучающихся с преподавателем                                                                                                          |            |        |
| курсовое проектирование/работа                                                                                                                              |            |        |
| групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем |            |        |
| <b>4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся</b>                                                                                                        | 48         | 62     |
| в том числе часов, выделенных на подготовку к зачету                                                                                                        |            |        |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

Таблица 3

| № п/п | Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)                                                                                                 | Общая трудоемкость в акад. часах |        | Трудоемкость по видам учебных занятий (в акад. часах) |        |                |        |              |        |             |        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------|-------------------------------------------------------|--------|----------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|
|       |                                                                                                                                                 |                                  |        | Лекции                                                |        | Практ. занятия |        | Лаб. занятия |        | Сам. работа |        |
|       |                                                                                                                                                 | Очно                             | Заочн. | Очно                                                  | Заочн. | Очно           | Заочн. | Очно         | Заочн. | Очно        | Заочн. |
| 1.    | Предмет теории и методики детско-юношеского спорта                                                                                              | 2                                | 29     | 1                                                     | 1      | 1              | 2      |              |        | 4           | 4      |
| 2.    | Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта. Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России | 2                                |        | 1                                                     |        | 1              |        |              |        | 4           | 4      |

|    |                                                                                    |   |    |   |   |   |   |  |  |   |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|---|----|---|---|---|---|--|--|---|---|
| 3. | Учет возрастных особенностей детей при занятиях физической культурой и спортом     | 2 |    | 1 |   | 1 |   |  |  | 5 | 6 |
| 4. | Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов                         | 2 |    | 1 |   | 1 |   |  |  | 5 | 4 |
| 5. | Соревнования и соревновательная подготовка юных спортсменов                        | 2 |    | 1 |   | 1 |   |  |  | 5 | 8 |
| 6. | Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте                                  | 2 | 39 | 1 | 1 | 1 | 2 |  |  | 5 | 8 |
| 7. | Основы построения тренировки и многолетней тренировки юных спортсменов             | 3 |    | 1 |   | 1 |   |  |  | 5 | 8 |
| 8. | Планирование и управление многолетней подготовки юных спортсменов                  | 3 |    | 1 |   | 1 |   |  |  | 5 | 6 |
| 9. | Учет индивидуальных особенностей юных спортсменов на этапах многолетней подготовки | 3 |    | 2 |   | 2 |   |  |  | 5 | 8 |
| 10 | Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов                                 | 3 |    | 2 |   | 2 |   |  |  | 5 | 6 |
|    | Подготовка к зачету                                                                |   |    |   |   |   |   |  |  |   |   |
|    | Итого:                                                                             |   |    |   |   |   |   |  |  |   |   |

Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.

## 2.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

| № | Наименование темы (раздела) | Содержание дисциплины (дидактические единицы) |
|---|-----------------------------|-----------------------------------------------|
|---|-----------------------------|-----------------------------------------------|

|   |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Предмет теории и методики детско-юношеского спорта                                                                                              | Становление теории и методики юношеского спорта. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. Федеральные стандарты спортивной подготовки. Основатели теории юношеского спорта. Проблема развития физических качеств у юных спортсменов. Проблема выбора средств и методов в тренировке детей и подростков. Проблема определения допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок в занятиях с различными возрастными группами.                                                                                                                                                                                                                                  |
| 2 | Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта. Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России | Организационные основы детско-юношеского спорта. Программно-нормативные основы детско-юношеского спорта. Возрастные границы обучения в учреждениях спортивной подготовки. Научно-методическое обеспечение детско-юношеского спорта. Психологическая подготовка юных спортсменов. Воспитательная работа с юными спортсменами. Питание юных спортсменов. Антидопинговое обеспечение спортивной подготовки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3 | Учет возрастных особенностей детей при занятиях физической культурой и спортом                                                                  | Школьный возраст. Младший школьный возраст (1–4-й классы). Средний школьный возраст (5–9-е классы). Старший школьный возраст (10–11-е классы). Результативность процесса физического воспитания. Сенситивные периоды развития физических качеств. Специфические особенности в построении уроков физической культуры. Что представляет собой тренировочное (двигательное) задание. Структура тренировочного задания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 4 | Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов                                                                                      | История разработки проблемы спортивного отбора в стране. Этапы разработки проблемы спортивного отбора. Этапы спортивного отбора. Содержание этапов спортивного отбора. Схема определения потенциальных возможностей спортсмена. Контрольные нормативы при отборе детей для занятий спортом. Контрольные нормативы для отбора юных спринтеров. Контрольные нормативы для отбора юных прыгунов. Контрольные нормативы для отбора юных бегунов на средние дистанции. Контрольные нормативы для отбора юных метателей. Контрольные нормативы с целью отбора 12-летних детей в отделения борьбы спортивных школ. Контрольные нормативы для отбора юных волейболистов. Контрольные нормативы для отбора юных баскетболистов. |
| 5 | Соревнования и соревновательная подготовка юных спортсменов                                                                                     | Спортивное достижение как результат соревнований. Факторы спортивного достижения. Индивидуальные факторы. Научно-технический прогресс. Социально-экономические факторы. Календарный план соревнований. Положение о соревнованиях. Этап непосредственной подготовки к главному старту сезона (группы совершенствования спортивного мастерства).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|   |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6 | Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте                                  | Основные методические принципы физического воспитания. Принцип направленности к максимальному достижению, углубленной специализации и индивидуализации. Принцип единства общей и специальной подготовки. Принцип непрерывности тренировочного процесса. Принцип взаимосвязи постепенности и тенденции к «предельным» нагрузкам. Принцип возрастной адекватности многолетней спортивной деятельности. Принцип спортивной тренировки – волнообразное изменение тренировочных нагрузок. Принцип цикличности. Методические положения (М.Я. Набатникова, 1982): 1) целевая направленность юных спортсменов на высшее спортивное мастерство; 2) эффект реализации потенциальных возможностей юного спортсмена; 3) соразмерность развития основных физических качеств юных спортсменов; 4) ведущие факторы на различных этапах многолетней подготовки; 5) перспективное опережение формирования спортивно-технического мастерства. |
| 7 | Основы построения тренировки и многолетней тренировки юных спортсменов             | Три основные задачи тренировочного процесса. Основные методы скоростной подготовки: игровой, соревновательный, повторный и вариативный. Специальные упражнения для развития физических качеств и подводящие упражнения, направленные на овладение техники. Основы построения подготовки юных спортсменов. Годичный цикл тренировки. Одноцикловое годичное планирование. Двухцикловое планирование. Трехцикловое планирование. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Этапное и недельное планирование. Этап начальной подготовки. Этап начальной спортивной специализации (учебно-тренировочный этап). Этап углубленной тренировки в избранном виде спорта (учебно-тренировочный этап). Этап совершенствования спортивного мастерства (повышения спортивного мастерства).                                                                                                                          |
| 8 | Планирование и управление многолетней подготовки юных спортсменов                  | Планирование многолетней подготовки юных спортсменов. Структура современной системы подготовки юного спортсмена. Документы планирования. Многолетний (перспективный) план. Общий (групповой) план. Групповой годичный план тренировки. Оперативное планирование. Управление процессом подготовки юных спортсменов. Постановка цели и прогнозирование спортивных достижений. Оптимальное управление тренировкой.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 9 | Учет индивидуальных особенностей юных спортсменов на этапах многолетней подготовки | Индивидуализация средств тренировки. Индивидуализация нагрузки и построения тренировки. Проблема индивидуализации спортивной одаренности. Индивидуальные особенности функционального состояния. Классификация индивидуальных особенностей адаптации организма юных спортсменов к физической нагрузке. Индивидуальные особенности физической подготовленности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|    |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10 | Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов | Комплексный контроль в системе управления подготовкой юных спортсменов. Медико-биологический контроль. Биомеханический контроль. Психологический контроль. Этапный, текущий и оперативный контроль в подготовке юных спортсменов. Педагогический контроль деятельности спортивных школ. |
|----|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                                                                                                                   | Вид самостоятельной работы обучающихся                                                                                |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Предмет теории и методики детско-юношеского спорта                                                                                                | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 2.    | Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта<br>Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 3.    | Учет возрастных особенностей детей при занятиях физической культурой и спортом                                                                    | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 4.    | Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов                                                                                        | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 5.    | Соревнования и соревновательная подготовка юных спортсменов                                                                                       | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 6.    | Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте                                                                                                 | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 7.    | Основы построения тренировки и многолетней тренировки юных спортсменов                                                                            | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 8.    | Планирование и управление многолетней подготовки юных спортсменов                                                                                 | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br/>Подготовка докладов/сообщений.</i> |
| 9.    | Учет индивидуальных особенностей юных спортсменов на этапах многолетней подготовки                                                                | <i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.</i>                                    |

|     |                                                    |                                                                                                               |
|-----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                    | Подготовка докладов/сообщений.                                                                                |
| 10. | Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов | Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.<br>Подготовка докладов/сообщений. |

### 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины (модуля)

#### 3.2.1. Основная и дополнительная литература

Таблица 6

| Виды литературы                  | Автор, название литературы, город, издательство, год                                                                                                                                                                                                                                   | Количество часов, обеспеченных указанной литературой<br>Аудит./самост. | Количество обучающихся | Количество экземпляров в библиотеке университета | Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD,DVD)                                                                     | Обеспеченность обучающихся литературой, (5гр./4гр.)x100%) |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 1                                | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3                                                                      | 4                      | 5                                                | 6                                                                                                                    | 7                                                         |
| <b>Основная литература</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                        |                        |                                                  |                                                                                                                      |                                                           |
| 1                                | Бочавер, К. А. Психология детско-юношеского спорта : учебник / К. А. Бочавер, Л. М. Довжик. — 2-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2023. — 272 с. — Текст : электронный //                                                                                                               | 6/66                                                                   | 10                     |                                                  | ЭБС Лань<br>URL:<br><a href="https://e.lanbook.com/book/354512">https://e.lanbook.com/book/354512</a>                | 100%                                                      |
| 2                                | Психологическое сопровождение детско-юношеского спорта : учебное пособие для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11432-4. — Текст : электронный // | 6/66                                                                   | 10                     |                                                  | Образовательная платформа Юрайт<br>URL:<br><a href="https://urait.ru/bcode/516163">https://urait.ru/bcode/516163</a> | 100%                                                      |
| 3                                | Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный //                     | 6/66                                                                   | 10                     |                                                  | Образовательная платформа Юрайт URL:<br><a href="https://urait.ru/bcode/514561">https://urait.ru/bcode/514561</a>    | 100%                                                      |
| <b>Дополнительная литература</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                        |                        |                                                  |                                                                                                                      |                                                           |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |    |  |                                                                                                                           |      |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1 | Семёнова, Г. И.<br>Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Ермайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный //                           | 6/66 | 10 |  | Образовательная платформа Юрайт<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/493626/p.1">https://urait.ru/bcode/493626/p.1</a> | 100% |
| 2 | Малкин, В. Р.<br>Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 96 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07625-7. — Текст : электронный // | 6/66 | 10 |  | Образовательная платформа Юрайт<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/533587/p.1">https://urait.ru/bcode/533587/p.1</a> | 100% |
| 3 | Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный //         | 6/66 | 10 |  | Образовательная платформа Юрайт<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/539549">https://urait.ru/bcode/539549</a>         | 100% |
| 4 | Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Ермайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный //                              | 6/66 | 10 |  | Образовательная платформа Юрайт<br>URL: <a href="https://urait.ru/bcode/493626">https://urait.ru/bcode/493626</a>         | 100% |

### 3.2.3. Интернет-ресурсы

1. Цифровой образовательный ресурс «IPR SMART». <https://www.iprbookshop.ru>
2. Образовательная платформа «Юрайт». <https://urait.ru/>
3. Электронно-библиотечная система «Лань». <https://e.lanbook.com/>
4. МЭБ (межвузовская электронная библиотека) НГПУ. <https://icdlib.nspu.ru/>
5. Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU. <https://www.elibrary.ru/>
6. СПС «КонсультантПлюс». <http://www.consultant.ru/>

### 3.3. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима

следующая материально-техническая база:

Таблица 7

| Помещения для осуществления образовательного процесса                       | Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)                                                                                                                                                                                                 | Адрес (местоположение)                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Аудитория для проведения лекционных занятий</b>                          |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                       |
| Лекционная аудитория                                                        | Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1                                                                                                                                  | Уч. корпус №2<br>г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33                                                   |
| <b>Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                       |
| Компьютерный класс                                                          | Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30. | Уч. корпус №2<br>г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33                                                   |
| Аудитория для практических занятий                                          | Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.                                                                                                    | Уч. корпус №2<br>г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33                                                   |
| <b>Помещения для самостоятельной работы</b>                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                       |
| Читальный зал библиотеки ЧГПУ                                               | Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.                                                                                                                                  | Электронный читальный зал этаж 2 Библиотечно-компьютерный центр<br>г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33 |

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

### 4.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

| № п/п | Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием                                                                                          | Код и наименование проверяемых компетенций                     | Оценочные средства  |                          |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------|
|       |                                                                                                                                                   |                                                                | текущий контроль    | промежуточная аттестация |
| 1.    | Предмет теории и методики детско-юношеского спорта                                                                                                | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 2.    | Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта<br>Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 3.    | Учет возрастных особенностей детей при занятиях физической культурой и спортом                                                                    | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 4.    | Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов                                                                                        | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 5.    | Соревнования и соревновательная подготовка юных спортсменов                                                                                       | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 6.    | Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте                                                                                                 | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 7.    | Основы построения тренировки и многолетней тренировки юных спортсменов                                                                            | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 8.    | Планирование и управление многолетней подготовки юных спортсменов                                                                                 | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |
| 9.    | Учет индивидуальных особенностей юных спортсменов на этапах многолетней подготовки                                                                | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование             |

|    |                                                    |                                                                |                     |              |
|----|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|
| 10 | Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов | УК-7; УК-8; ПК-1; ПК-3; ПК-11; ПК-5; ПК-17; ПК-18; ПК-20; ПК-2 | Устный, письменный. | Тестирование |
|----|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|

## 4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

### 4.2.1. Наименование оценочного средства: *тест*

*Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.*

#### *Примерные вопросы для тестирования*

*(вопросы с закрытой формой ответа: выбор правильного варианта из предложенных)*

**Вопрос 1. Совокупность знаний об основном содержании, формах построения и условиях спортивной подготовки детей, подростков, юношей и девушек, о наиболее существенных и общих для различных видов спорта закономерностях данного педагогического процесса называется...**

- а) теорией спорта;
- б) теорией и методикой физической культуры;
- в) теорией и методикой детско-юношеского спорта;**
- г) теорией и методикой физического воспитания и спорта.

**Вопрос 2. Средствами спортивной тренировки в избранном виде спорта являются:**

- а) общеподготовительные упражнения;
- б) избранные соревновательные, специально подготовительные, общеподготовительные упражнения;**
- в) избранные соревновательные упражнения;
- г) соревновательные упражнения.

**Вопрос 3. Психомоторные способности детей претерпевают весьма значительные изменения под влиянием ....**

- а) технических средств и тренажёров;
- б) естественного развития, физического воспитания и спортивной тренировки;**
- в) кривой оперативности мышления;
- г) определенного общества.

**Вопрос 4. В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:**

- а) структуру многолетних тренировочных циклов;
- б) структуру больших тренировочных циклов;
- в) микроструктуру, мезоструктуру, макроструктуру;**
- г) структуру отдельного тренировочного занятия.

**Вопрос 5. На сколько этапов делится процесс многолетней подготовки спортсменов:**

- а) на 6 этапов;
- б) на 2 этапа.
- в) на 3 этапа;
- г) на 4 этапа.**

**Вопрос 6. Завершение формирования двигательного навыка происходит на этапе:**

- а) мотивации;

- б) стабилизации;**
- в) фасилитации;
- г) кульминации.

**Вопрос 7. Общеподготовительные упражнения являются преимущественно средствами:**

- а) общей подготовки спортсмена;**
- б) специальной подготовки спортсмена;
- в) интегральной подготовки спортсмена;
- г) технической подготовки спортсмена.

**Вопрос 8. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется:**

- а) прикладной физической подготовкой;
- б) специальной двигательной подготовкой.
- в) специальной физической подготовкой;**
- г) спортивной подготовкой.

**Вопрос 9. Врожденно обусловленным компонентом способностей является:**

- а) одаренность;**
- б) наследственность;
- в) анатомо-физиологические особенности;
- г) общие социальные условия жизни.

**Вопрос 10. При построении тренировки в малых циклах, втягивающие микроциклы направлены:**

- а) на окончательное становление спортивной формы;
- б) на выполнения высоких по объему тренировочных нагрузок;
- в) на стабилизацию спортивной формы;
- г) на подведение организма спортсмена к напряженной тренировочной работе.**

**Вопрос 11. Основными наиболее важными компонентами системы тренировочно-соревновательной подготовки, являются:**

- а) система отбора и спортивной ориентации;**
- б) система соревнований;
- в) система спортивной тренировки;
- г) система факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности.

**Вопрос 12. Задачи массового детско-юношеского спорта –...**

- а) вовлечение детей и подростков в систематические занятия, привитие интереса и потребности в них; укрепление здоровья;**
- б) раскрытие потенциальных возможностей спортсмена;
- в) формирование общей и специальной подготовленности;
- г) достижение наивысших результатов в главных соревнованиях года.

**Вопрос 13. Психологической подготовкой спортсмена (команды) называется ...**

- а) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;
- б) процесс усиления его (ее) потенциальных психических возможностей в объективных результатах, адекватных этим возможностям;**

- в) тактические упражнения или специально подготовительные и соревновательные упражнения;
- г) формирование тактических знаний, умений и навыков.

### ***Критерии оценивания результатов тестирования***

*Таблица 9*

| <b><i>Уровень освоения</i></b> | <b><i>Критерии</i></b>                                       | <b><i>Баллы</i></b> |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------|
| <i>Максимальный уровень</i>    | <i>Выполнено правильно 85%-100% заданий</i>                  | <i>10</i>           |
| <i>Достаточный уровень</i>     | <i>Выполнено правильно 65%-85% заданий</i>                   | <i>8</i>            |
| <i>Средний уровень</i>         | <i>Выполнено правильно больше половины заданий (50%-65%)</i> | <i>6</i>            |
| <i>Минимальный уровень</i>     | <i>Выполнено правильно меньше половины заданий</i>           | <i>4</i>            |

#### **4.2.2. Наименование оценочного средства: доклад/сообщение**

##### ***Темы докладов:***

1. Как Вы понимаете значение термина «Теория и методика юношеского спорта»?
2. Расскажите об организации подготовки юных спортсменов в нашей стране.
3. Какова система отбора в сборные юношеские, юниорские и молодежные команды России?
4. Расскажите о структуре соревнований по возрастным группам в РФ.
5. Каковы дополнительные методические положения, которыми следует руководствоваться в процессе подготовки юных спортсменов?
6. Как должен готовиться юный спортсмен к участию в соревнованиях?
7. Контрольные тесты и функциональные пробы для определения функциональных возможностей организма юных спортсменов, общей и специальной тренированности.
8. Характеристика педагогических способностей тренера.
9. Уровни формирования профессиональных способностей тренера.
10. Методы исследования в практической деятельности тренера.
11. Развитие отечественной теории и методики детского и юношеского спорта.
12. Дневной режим и питание. Закаливание организма. Психорегуляция эмоционального состояния. Самомассаж.
13. Особенности воспитания развивающейся личности в спорте. Содержание средств и методов нравственного воспитания.
14. Планирование тренировочных нагрузок разной направленности с учетом возраста, пола и физического развития.
15. Методика организации учебно-тренировочного занятия юного спортсмена.
16. Общая и специальная физическая подготовка и ее возрастная направленность.
17. Функционирование системы детского и юношеского спорта в Российской Федерации.

##### ***Критерии и шкалы оценивания доклада/сообщения (в форме презентации):***

*Таблица 10*

| <b><i>Уровень освоения</i></b> | <b><i>Критерии</i></b>                                         | <b><i>Баллы</i></b> |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|
| <i>Максимальный уровень</i>    | <i>– продемонстрировано умение выступать перед аудиторией;</i> | <i>3</i>            |

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>–содержание выступления даёт полную информацию о теме;</li> <li>–продемонстрировано умение выделять ключевые идеи;</li> <li>–умение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу;</li> <li>–высокая степень информативности, компактность слайдов</li> </ul>                                                                    |   |
| Средний уровень                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>–продемонстрирована общая ориентация в материале;</li> <li>–достаточно полная информация о теме;</li> <li>–продемонстрировано умение выделять ключевые идеи, но нет самостоятельных выводов;</li> <li>–невысокая степень информативности слайдов;</li> <li>–ошибки в структуре доклада;</li> <li>–недостаточное использование научной литературы</li> </ul> | 2 |
| Минимальный уровень              | <ul style="list-style-type: none"> <li>–продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале;</li> <li>–ошибки в структуре доклада;</li> <li>–научная литература не привлечена</li> </ul>                                                                                                                                                                                    | 1 |
| Минимальный уровень не достигнут | <ul style="list-style-type: none"> <li>– выступление не содержит достаточной информации по теме;</li> <li>–продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи;</li> <li>–неумение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу.</li> </ul>                                                                                                                             | 0 |

#### 4.2.3. Наименование оценочного средства: *контрольная работа*

*Методические материалы:* приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

##### ***Примерное задание для контрольной работы:***

1. Назовите основные этапы становления и развития теории и методики юношеского спорта.
2. Расскажите об основных организационных формах подготовки спортсменов в нашей стране.
3. Какова роль соревнований в системе подготовки юных спортсменов?
4. Особенности реализации принципов подготовки юных спортсменов.
5. Как с возрастом изменяются морфологические параметры организма школьников?
6. Какие изменения происходят в системе кровообращения в процессе роста и развития организма школьников?
7. Почему дети школьного возраста показывают высокие спортивные результаты в фигурном катании, гимнастике и некоторых других видах?
8. Почему в видах спорта с большими энерготратами (лыжные гонки, марафонский бег и др.) школьники не могут выступать наравне с взрослыми спортсменами?
9. Какие изменения в системе дыхания происходят в процессе роста и развития организма школьников?
10. Какое влияние на организм юных спортсменов оказывают регулярные тренировочные занятия?
11. Как Вы понимаете значение термина «физиологически обоснованные нагрузки»?
12. Физиологическая характеристика некоторых методов тренировки.

13. Роль всесторонней физической подготовки в тренировочном процессе юных спортсменов?
14. Как Вы понимаете взаимовлияние или взаимосвязь в развитии двигательных качеств?
15. Характеристика и возрастные особенности развития двигательных качеств.
16. Расскажите об основных факторах, способствующих повышению эффективности тренировочного процесса.
17. Организационно-методические особенности проведения тренировочных занятий с юными спортсменами?
18. Дозирование тренировочной нагрузки на различных этапах подготовки юных спортсменов?
19. Какие структурные и функциональные изменения опорно-двигательного аппарата происходят у подростков и юношей, занимающихся спортом?
20. Как изменяются функциональные возможности системы кровообращения под влиянием физических нагрузок?
21. Адаптация системы дыхания к физической нагрузке.
22. Каковы основные тенденции современной системы подготовки юных спортсменов?
23. Назовите основные факторы, обуславливающие периодизацию тренировочного процесса.
24. Какое влияние на периодизацию тренировочного процесса оказывают климатические условия?
25. Что такое тренировочный цикл? Характеристика тренировочных микроциклов.
26. Составить примерный план тренировки на неделю по специализации.
27. Характеристика тренировочных мезоциклов.
28. Структура и содержание тренировочного макроцикла.
29. Многолетнее планирование тренировки юных спортсменов.
30. Содержание тренировочного процесса юных спортсменов в процессе многолетних занятий. (I, II, III, IV этапы).
31. Общая характеристика педагогического контроля.
32. Задачи педагогического контроля в тренировочном процессе юных спортсменов.
33. Требования к организации педагогического контроля.
34. Содержание самоконтроля юных спортсменов.

### **Критерии оценивания результатов контрольной работы**

*Таблица 11*

| <b>Балл<br/>(интервал баллов)</b> | <b>Уровень освоения</b>            | <b>Критерии оценивания уровня освоения компетенций*</b>                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10                                | Максимальный уровень<br>(интервал) | Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, содержит 1-2 мелкие ошибки; ответы студента правильные, четкие, содержат 1-2 неточности                                                                                  |
| [6-8]                             | Средний уровень<br>(интервал)      | Контрольная работа содержит одну принципиальную или 3, или более недочетов; ответы студента правильные, но их формулирование затруднено и требует наводящих вопросов от преподавателя                                                               |
| [3-5]                             | Минимальный уровень<br>(интервал)  | Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, неполное раскрытие темы в теоретической части и/или в практической части контрольной работы; ответы студенты формально правильны, но поверхностны, плохо сформулированы, |

|                |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                     | <i>содержат более одной принципиальной ошибки</i>                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>Менее 3</i> | <i>Минимальный уровень (интервал) не достигнут.</i> | <i>Контрольная работа содержит более одной принципиальной ошибки моделей решения задачи; контрольная работа оформлена не в соответствии с предъявляемыми требованиями; ответы студента путанные, нечеткие, содержат множество ошибок, или ответов нет совсем; несоответствие варианту.</i> |

#### **4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

Представлено в приложении №1.

#### **Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):**

Старший преподаватель  
кафедры ТМПФК

  
(подпись)

Алиева М.А.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор библиотеки

  
(подпись)

Арсангириева Т.А.

**Оценочные средства**  
**для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**  
**Основы детско-юношеского спорта**  
**Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура**  
**Профиль «Технологии спортивной подготовки»**  
**Форма обучения: очная, заочная**  
**Год приема: 2025**

**1. Характеристика оценочной процедуры:**

Семестр – 6

Форма аттестации – зачет

**2. Оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

**2.1. Вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине:**

1. Назовите основные этапы становления и развития теории и методики юношеского спорта.
2. Что нужно учитывать при занятиях физической культурой и спортом с детьми младшего школьного возраста?
3. Что нужно учитывать при занятиях физической культурой и спортом с детьми среднего школьного возраста?
4. Что нужно учитывать при занятиях физической культурой и спортом с детьми старшего школьного возраста?
5. Охарактеризуйте сенситивные возрастные периоды развития физических качеств детей, подростков и юношей.
6. Перечислите особенности построения урока физической культуры в общеобразовательной школе.
7. Из каких частей состоит учебно-тренировочное занятие?
8. Что такое тренировочное задание?
9. Для чего необходимо изучать сенситивные периоды развития физических качеств?
10. Чем объясняется актуальность и важность проблемы спортивного отбора?
11. Дайте определения понятиям «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».
12. Охарактеризуйте этапы спортивного отбора.
13. Охарактеризуйте критерии отбора в различных группах видов спорта.
14. Какими факторами определяются соревновательные достижения?
15. Какова роль соревнований в системе подготовки юных спортсменов?
16. Какими основными документами регламентируется организация при проведении соревнований для юных спортсменов?
17. Что Вы знаете об оптимальном количестве соревнований для юных спортсменов?
18. Что такое соревновательная подготовка?
19. Охарактеризуйте особенности реализации принципов спортивной тренировки в процессе подготовки юных спортсменов.
20. Каково соотношение средств ОФП и СФП в процессе многолетней тренировки?
21. В чем заключается принцип индивидуализации?
22. Расскажите о соразмерности развития физических качеств юных спортсменов.

23. Зачем применяются тренажерные устройства?
24. Каковы особенности построения тренировки юных спортсменов?
25. Охарактеризуйте построение годичного цикла тренировки юных спортсменов.
26. Что такое трехцикловое планирование и где оно применяется?
27. Расскажите об этапном и недельном планировании?
28. Расскажите о роли подготовительного периода в процессе круглогодичной тренировки юного спортсмена.
29. Каковы особенности построения тренировки юных спортсменов в соревновательном периоде годичного цикла?
30. Охарактеризуйте особенности тренировки юных спортсменов в переходном периоде годичного цикла.
31. Назовите этапы подготовки в юношеском спорте.
32. Какие задачи решаются в занятиях с детьми в группах начальной подготовки?
33. Перечислите средства подготовки для детей в группах начальной подготовки.
34. Какие задачи решаются в занятиях с юношами и девушками в учебно-тренировочных группах?
35. Перечислите средства подготовки юношей и девушек в тренировочных группах.
36. Какие задачи решаются в занятиях с юношами и девушками в группах спортивного совершенствования?
37. Перечислите средства подготовки юношей и девушек в группах спортивного совершенствования.
38. Перечислите методические положения многолетней тренировки юных спортсменов.
39. Назовите основные функции спортивных школ.
40. Какие документы необходимы для планирования спортивной тренировки?
41. Что такое оперативное планирование?
42. Расскажите об управлении процессом подготовки юных спортсменов.
43. Что такое оперативное управление?
44. Перечислите принципиальные положения при постановке перспективных и ближних целей.
45. Что такое индивидуальный подход?
46. Расскажите об индивидуализации средств тренировки юных спортсменов.
47. Перечислите критерии индивидуальности.
48. На какие группы можно разделить юных спортсменов с точки зрения индивидуальных характеристик физической подготовленности?
49. На какие группы можно разделить юных спортсменов с точки зрения индивидуальных характеристик функционального состояния?
50. Что представляет собой индивидуальная норма?
51. Расскажите о системе комплексного контроля в процессе тренировки юных спортсменов.
52. Перечислите особенности педагогического контроля.
53. Перечислите особенности медико-биологического контроля.
54. Перечислите особенности биомеханического и психологического контроля.
55. С какой целью необходимо использовать должные нормы в педагогическом контроле?
56. С какой целью используются тренажерные стенды в комплексном контроле?
57. Роль соревнований в подготовке юных спортсменов?
58. Особенности реализации принципов подготовки юных спортсменов.
59. Роль всесторонней физической подготовки в тренировочном процессе юных спортсменов?
60. Характеристика и возрастные особенности развития двигательных качеств?
61. Условия повышения эффективности тренировочного процесса?

62. Дозирование тренировочной нагрузки на различных этапах подготовки юных спортсменов?
63. Как с возрастом изменяются морфологические параметры организма школьников?
64. Возрастные изменения в системе кровообращения и дыхания?
65. Влияние тренировочной нагрузки на организм детей и подростков?
66. Как Вы понимаете значение термина «физиологически обоснованные нагрузки»?
67. Назовите факторы, обуславливающие периодизацию тренировочного процесса.
68. Что такое тренировочный цикл?
69. Структура и содержание тренировочного микроцикла.
70. Многолетнее планирование тренировочного процесса?
71. Характеристика и задачи педагогического контроля?
72. Требования к организации педагогического контроля?
73. Функциональные пробы для определения адаптации организма к тренировочной нагрузке?
74. Тесты для определения общей тренированности.
75. Тесты для определения специальной тренированности.

## 2.2. Структура билета (примерная):

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Утверждаю  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

Экзамен по курсу: «Основы детско-юношеского спорта» для  
бакалавров 3 курса ФФК  
профиль «Технологии спортивной подготовки»

### Билет № 1

1. Назовите основные этапы становления и развития теории и методики юношеского спорта.
2. Влияние тренировочной нагрузки на организм детей и подростков?
3. Тесты для определения специальной тренированности.

Преподаватель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

### 3. Критерии и шкала оценивания устного ответа обучающегося на экзамене

**Максимальное количество баллов на экзамене (зачете) – 30, из них:**

1. Ответ на первый вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.
2. Ответ на второй вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.

Таблица 12

| №<br>п/п | Характеристика ответа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Баллы            |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1        | Выставляется обучающемуся, если он продемонстрировал знание основного теоретического содержания дисциплин учебного плана образовательной программы высшего образования, умение показать уровень сформированности практических профессиональных умений и навыков, способность четко, и аргументировано отвечать на дополнительные вопросы.                                          | <b>13-15</b>     |
| 2        | Выставляется обучающемуся, если он продемонстрировал недостаточно полное знание основного теоретического содержания дисциплин учебного плана образовательной программы высшего образования, проявил неявное умение продемонстрировать уровень сформированности практических профессиональных умений и навыков, давал не всегда четкие и логичные ответы на дополнительные вопросы. | <b>10-12</b>     |
| 3        | Выставляется обучающемуся, если он продемонстрировал неглубокие знания основного теоретического содержания дисциплин учебного плана образовательной программы высшего образования, а также испытывал существенные затруднения при ответе на дополнительные вопросы.                                                                                                                | <b>7-9</b>       |
| 4        | Выставляется обучающемуся, если он продемонстрировал отсутствие знаний основного теоретического содержания дисциплин учебного плана образовательной программы высшего образования при ответе на вопросы билета.                                                                                                                                                                    | <b>6 и менее</b> |

### Расчет итоговой рейтинговой оценки

Таблица 13

|                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| До 50 баллов включительно | «неудовлетворительно» |
| От 51 до 70 баллов        | «удовлетворительно»   |
| От 71 до 85 баллов        | «хорошо»              |
| От 86 до 100 баллов       | «отлично»             |

### 4. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)

Таблица 14

| Индикаторы<br>достижения<br>компетенции<br>(ИДК) | Уровни сформированности компетенций |          |                     |                       |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------|----------|---------------------|-----------------------|
|                                                  | «отлично»                           | «хорошо» | «удовлетворительно» | «неудовлетворительно» |
|                                                  |                                     |          |                     |                       |

|                                                                            | 86-100                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 71-85                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 51-70                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Менее 51                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                            | «зачтено»                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | «не зачтено»                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Код и наименование формируемой компетенции                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| УК-7; УК-8;<br>ПК-1; ПК-3;<br>ПК-11; ПК-5;<br>ПК-17; ПК-18; ПК-20;<br>ПК-2 | <b>Знает:</b><br>обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой. | <b>Знает:</b><br>обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой. | <b>Знает:</b><br>обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой. | <b>Не знает:</b><br>обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой. |
|                                                                            | <b>Умеет:</b><br>обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий, комплекса действий), которые следует выполнить или описание                                                     | <b>Умеет:</b><br>обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, правильные и конкретные ответы                                             | <b>Умеет:</b><br>обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий ,комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и                                                              | <b>Не умеет</b><br>Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий, комплекса действий), которые следует                                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| результата, который нужно получить и др.; логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные задания (вопросы), включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой. | (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой.                                                                                                                                   | др.); правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); недостаточное полное владение литературой, рекомендованной учебной программой.                                  | выполнить или описание результата, который нужно получить и др.; не дал правильные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по заданию (вопросу); не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой. |
| <b>Владеет:</b> обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и т.п.); успешно                                      | <b>Владеет:</b> обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и т.п.); достаточно успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического | <b>Владеет:</b> обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); защитил, с устранением ошибок, индивидуальный | <b>Не владеет:</b> обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.);                                                                   |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии объективных практических результатов, характеризующих уровень сформированности компетенций(ий); логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные уточняющие вопросы (задания); свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой. | результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой. | или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой. | не смог защитить индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии грубых ошибок дал неправильные ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой. |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 5. Рейтинг-план изучения дисциплины

Таблица 15

| <b>I</b>                    | <b>БАЗОВАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ</b>                                                                                                                  |                                       |                                        |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Виды контроля</b>        | <b>Контрольные мероприятия</b>                                                                                                                            | <b>Мин. кол-во баллов на занятиях</b> | <b>Макс. кол-во баллов на занятиях</b> |
| <b>Текущий контроль № 1</b> | Тема № 1. Предмет теории и методики детско-юношеского спорта                                                                                              | 0                                     | 10                                     |
|                             | Тема № 2. Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта. Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России | 0                                     | 10                                     |

|                                                      |                                                                                              |                                                                  |                                                 |    |
|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----|
| Текущий контроль № 2                                 | Тема № 3. Учет возрастных особенностей детей при занятиях физической культурой и спортом     | 0                                                                | 10                                              |    |
|                                                      | Тема № 4. Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов                         | 0                                                                | 10                                              |    |
| Рубежный контроль: контрольная работа № 1 (Темы 1-4) |                                                                                              | 0                                                                | 10                                              |    |
| Текущий контроль №3                                  | Тема № 5. Соревнования и соревновательная подготовка юных спортсменов                        | 0                                                                | 10                                              |    |
|                                                      | Тема № 6. Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте                                  | 0                                                                | 10                                              |    |
|                                                      | Тема № 7. Основы построения тренировки и многолетней тренировки юных спортсменов             | 0                                                                | 10                                              |    |
| Текущий контроль №4                                  | Тема № 8. Планирование и управление многолетней подготовки юных спортсменов                  | 0                                                                | 10                                              |    |
|                                                      | Тема № 9. Учет индивидуальных особенностей юных спортсменов на этапах многолетней подготовки | 0                                                                | 10                                              |    |
|                                                      | Тема № 10. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов                                | 0                                                                | 10                                              |    |
| Рубежный контроль: контрольная работа №2 (Темы 5-10) |                                                                                              | 0                                                                | 10                                              |    |
| Допуск к промежуточной аттестации                    |                                                                                              | Мин 36                                                           |                                                 |    |
| II                                                   | ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ                                                     | Мин.                                                             | Макс.                                           |    |
| 1                                                    | Поощрительные баллы                                                                          |                                                                  | 0-10                                            | 10 |
|                                                      | Подготовка доклада с презентацией по дисциплине                                              |                                                                  | 0-1                                             | 1  |
|                                                      | Посещаемость лекций (100%)                                                                   |                                                                  | 0-2                                             | 2  |
|                                                      | Участие в работе круглого стола, студенческой конференции                                    |                                                                  | 0-2                                             | 2  |
|                                                      | Соц.-личностный рейтинг                                                                      |                                                                  | 0-3                                             | 3  |
|                                                      | Участие в общественной, культурно-массовой и спортивной работе                               |                                                                  | 0-2                                             | 2  |
| 2                                                    | Штрафные баллы                                                                               |                                                                  | 0-3                                             | 3  |
|                                                      | Пропуск учебных лекций                                                                       | за пропуск лекции снимается балльная стоимость лекции (2:8=0,25) | 0,25 x N<br>(N – количество пропущенных лекций) |    |
|                                                      | Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №1                            | минус 5% от максимального балла                                  | - 0,5                                           |    |
|                                                      | Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №2                            | минус 5% от максимального балла                                  | - 0,5                                           |    |

|                                          |                          |              |           |
|------------------------------------------|--------------------------|--------------|-----------|
| <b>III</b>                               | <b>ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ</b> | <b>0-30</b>  | <b>30</b> |
| <b>Форма<br/>итогового<br/>контроля:</b> | <b>Экзамен</b>           | <b>0-30</b>  | <b>30</b> |
| <b>ИТОГО БАЛЛОВ ЗА СЕМЕСТР:</b>          |                          | <b>0-100</b> |           |

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ**

Основы детско-юношеского спорта

(наименование дисциплины / модуля)

Направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура

Профиль «Технологии спортивной подготовки»

(год набора 2025, форма обучения очная, заочная)

**на 2025 / 2026 учебный год**

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Раздел рабочей<br/>программы (пункт)</b> | <b>Краткая характеристика<br/>вносимых изменений</b> | <b>Основание для<br/>внесения<br/>изменений</b> |
|------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
|                  |                                             |                                                      |                                                 |
|                  |                                             |                                                      |                                                 |
|                  |                                             |                                                      |                                                 |
|                  |                                             |                                                      |                                                 |
|                  |                                             |                                                      |                                                 |