

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.07 Теория и методика двигательного обучения в  
спорте высших достижений

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль)

49.04.01.04 Спорт высших достижений в избранном виде спорта

Форма обучения

очная

Год набора

2020

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Программу составили \_\_\_\_\_

к.п.н., Доцент, Брюховских Татьяна Викторовна

должность, инициалы, фамилия

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины**

### **1.1 Цель преподавания дисциплины**

Углубление знаний магистрантов о содержании и специфике обучения двигательным действиям в спорте;

повышение педагогических и психологических умений и навыков эффективной технической подготовки спортсменов;

подготовка магистрантов к решению научно-исследовательских проблем физической культуры и спорта.

### **1.2 Задачи изучения дисциплины**

Задачи дисциплины «Теория и методика двигательного обучения в спорте высших достижений»:

сформировать знания об особенностях деятельности спортсменов в соревновательном процессе, основам двигательного обучения в избранном виде спорта;

развить умения использовать основные принципы спортивной тренировки в практической тренерской деятельности;

индивидуализировать тренировочный процесс спортсмена.

### **1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Код и наименование индикатора достижения компетенции  | Запланированные результаты обучения по дисциплине |
|---|---|
| <b>ПК-3: Способен формировать у спортсменов разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую подготовленности, повышать функциональные возможности организма, соответствующие специфике вида спорта</b> |   |
| ПК-3.1: Формирует у обучающихся разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую и психологическую подготовленности   |   |
| ПК-3.2: Использует систему нормативов и методик контроля физической подготовленностью обучающихся   |   |

|   |  |
|---|--|
| ПК-3.3: Осуществляет контроль за медицинскими, возрастными и психо-физическими требованиями к лицам, проходящим   |  |
| спортивную подготовку на различных этапах   |  |
| ПК-3.4: Оценивает эффективность подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности |  |

#### **1.4 Особенности реализации дисциплины**

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется с применением ЭО и ДОТ

URL-адрес и название электронного обучающего курса: <https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=28195>.

## 2. Объем дисциплины (модуля)

| Вид учебной работы                         | Всего,<br>зачетных<br>единиц<br>(акад.час) | е |
|--|--|---|
|  |  | 1 |
| <b>Контактная работа с преподавателем:</b> | <b>0,61 (22)</b>                           |   |
| занятия лекционного типа                   | 0,17 (6)                                   |   |
| практические занятия                       | 0,44 (16)                                  |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> | <b>2,39 (86)</b>                           |   |
| курсовое проектирование (КП)               | Нет  |   |
| курсовая работа (КР)                       | Нет  |   |

### 3 Содержание дисциплины (модуля)

#### 3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

| №<br>п/п   |   | Модули, темы (разделы) дисциплины |                          | Контактная работа, ак. час.    |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|--|---|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|---|--------------------------|--|--|-------------------------------------|--|
|  |   |                                   |                          | Занятия<br>лекционного<br>типа |                          | Занятия семинарского типа                 |                          |  |  | Самостоятельная<br>работа, ак. час. |  |
|  |   |                                   |                          |                                |                          | Семинары и/или<br>Практические<br>занятия |                          | Лабораторные<br>работы и/или<br>Практикумы |  |                                     |  |
| Всего  | В том<br>числе в<br>ЭИОС  | Всего                             | В том<br>числе в<br>ЭИОС | Всего                          | В том<br>числе в<br>ЭИОС | Всего                                     | В том<br>числе в<br>ЭИОС |  |  |                                     |  |
| <b>1. Основы теории и методики двигательного обучения</b>                      |   |                                   |                          |                                |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 1. Основы теории и методики двигательного обучения                                      | 2                                 |                          |                                |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 2. Сущность обучения как системы взаимодействия знания, преподавания и учения           |                                   |                          | 2                              |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 3. Цели и задачи обучения двигательным действиям  |                                   |                          | 2                              |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 4. Уровень овладения двигательными навыками как элемент задачи обучения                 |                                   |                          | 2                              |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 5. Основы теории и методики двигательного обучения                                      |                                   |                          |                                |                          |   | 20                       |  |  |                                     |  |
| <b>2. Техника физических упражнений как объект изучения и предмет обучения</b> |   |                                   |                          |                                |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 1. Техника физических упражнений как объект изучения и предмет обучения                 | 1                                 |                          |                                |                          |   |                          |  |  |                                     |  |
|  | 2. Общие понятия техники физических упражнений как объекта изучения и предмета обучения |                                   |                          | 1                              |                          |   |                          |  |  |                                     |  |

|   |   |  |     |  |  |  |    |  |
|---|---|--|-----|--|--|--|----|--|
| 3. Эталонная и индивидуальная техника движений, начальная, совершенная, переходная и оперативная виды техники |   |  | 1   |  |  |  |    |  |
| 4. Ориентировочная основа действий (ООД) и основные опорные точки (ООТ) в технической подготовке              |   |  | 2   |  |  |  |    |  |
| 5. Техника физических упражнений как объект изучения и предмет обучения                                       |   |  |     |  |  |  | 22 |  |
| <b>3. Общая характеристика структуры процесса обучения</b>  |   |  |     |  |  |  |    |  |
| 1. Общая характеристика структуры процесса обучения   | 1 |  |     |  |  |  |    |  |
| 2. Этап начального разучивания действия   |   |  | 1   |  |  |  |    |  |
| 3. Этап углубленного разучивания действия   |   |  | 0,5 |  |  |  |    |  |
| 4. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования   |   |  | 0,5 |  |  |  |    |  |
| 5. Общая характеристика структуры процесса обучения   |   |  |     |  |  |  | 22 |  |
| <b>4. Общие вопросы стратегии</b>   |   |  |     |  |  |  |    |  |
| 1. Общие вопросы стратегии двигательного обучения в спорте  | 2 |  |     |  |  |  |    |  |
| 2. Планирование и реализация эффективной тренировки   |   |  | 2   |  |  |  |    |  |
| 3. Анализ спортивной техники при обучении, методика исправления технических ошибок                            |   |  | 2   |  |  |  |    |  |
| 4. Общие вопросы стратегии двигательного обучения в спорте  |   |  |     |  |  |  | 22 |  |
| Всего   | 6 |  | 16  |  |  |  | 86 |  |

## **4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **4.1 Печатные и электронные издания:**

1. Фарфель В. С. Управление движением в спорте: научное издание (Москва: Советский спорт).
2. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник(М.: Издательский центр "Академия").
3. Горбунов С. С., Смолякова Л. Н. Теория спорта высших достижений: учебное пособие для обучающихся по направлению 49.03.01 физическая культура(Чайковский: ЧГИФК).
4. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студ. вузов по напр. 032100 -"Физическая культура" и по спец. 032101 - "Физическая культура и спорт"(Москва: Советский спорт).
5. Маслова И. Н. Теория спорта: практикум(Воронеж: ВГИФК).

### **4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):**

1. WinRAR Standard License – для юридических лиц
2. Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
3. Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
4. Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

### **4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Электронная библиотека Киберленинка [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru>
2. Библиотека СФУ [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://bik.sfu-kras.ru/>
3. Электронная библиотека [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://e-library.ru>

## **5 Фонд оценочных средств**

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

## **6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Для осуществления образовательного процесса используется презентационный комплекс. Необходима доска интерактивная либо проектор для демонстрации курса.