ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

МЕЖОТРАСЛЕВОЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ КАДРОВ

СОГЛАСОВАНО
Проректор по планированию, стандартизации и цифровизации образовательного процесса,
к.п.н., доцент
_____О.А. Клестова
«16» июня 2021 г.
Директор МРЦПК и ППК, доцент
_____В.Я. Ботнер
«16» июня 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор, д.п.н., профессор
_____С.Г. Сериков
«02» июля 2021 г.
(протокол №13 заседания ученого совета от 02 июля 2021 г.)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ

Челябинск
2021

Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 3

1.1. Нормативно-правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 3

1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 5

1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы..... 7

1.4. Планируемые результаты обучения..... 7

1.5. Нормативная трудоемкость обучения..... 52

1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения..... 53

1.7. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 53

2. Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 53

2.1. Календарный учебный график..... 54

2.2. Учебный план..... 54

2.3. Рабочие программы учебных разделов..... 60

3. Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 72

4. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 77

5. Кадровое обеспечение образовательного процесса..... 92

6. Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации..... 93

1 Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные технологии спортивной подготовки в хоккее с шайбой», реализуемая в ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры» по профилю основной образовательной программы 49.03.01 Физическая культура (далее – ДПП ПК), представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты, организационно-педагогических условий, форм аттестации), который представлен в виде общей характеристики образовательной программы, учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ дисциплин, оценочных средств, методических материалов, иных компонентов, разработанных с учетом ФГОС ВО, требований рынка труда и соответствующего профессионального стандарта).

ДПП ПК регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателя и включает в себя:

– общие положения (нормативные документы, общую характеристику, требования к слушателю);

– характеристику профессиональной деятельности выпускника (область, объекты, виды, задачи профессиональной деятельности слушателя);

– компетенции слушателя, формируемые в результате освоения ДПП ПК;

– документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации ДПП ПК (календарный учебный график, учебный план, рабочие программы учебных дисциплин);

– фактическое ресурсное обеспечение ДПП ПК;

– нормативно-методическое обеспечение системы оценки качества освоения слушателями ДПП ПК (фонды оценочных знаний, требования к итоговой аттестации слушателя).

1.1 Нормативно-правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Нормативно-правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные технологии спортивной подготовки в хоккее с шайбой» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. №191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года №940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура;

– Устав Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры»;

– Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15 мая 2019 г. N 373 «Об утверждению федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей»

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ» разработана с учетом ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура и с учетом требований профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. №191н (зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019 г. №54519):

Вид профессиональной деятельности	Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью (код 05.003)
Основная цель вида профессиональной деятельности	Формирование, развитие и поддержание спортивного потенциала спортсменов и физических лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – занимающиеся) для достижения ими спортивных результатов.
Наименование базовой группы, должности (профессии или специальности)	Тренеры и инструкторы-методисты по физической культуре и спорту (код 2358).

1.2 Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Цель программы: совершенствование профессиональных компетенций специалистов сферы физической культуры и спорта, характеризующихся:

– способностью к руководству общей физической и специальной подготовкой занимающихся;

– способностью к проведению тренировочных занятий на различных этапах подготовки;

– способностью к разработке планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке спортивной подготовки занимающихся на различных этапах подготовки;

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных технологий по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся; необходимых для выполнения следующих видов деятельности в рамках имеющейся квалификации;

– способностью к управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося;

– способностью к подготовке занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Обобщенные трудовые функции		Трудовая функция	
код	наименование	наименование	код
A	Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся	Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	A/01.5
		Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	A/02.5
		Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	A/03.5
		Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся	A/04.5
B	Подготовка занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки	Комплектование групп занимающихся	B/01.5
		Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	B/02.5
		Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	B/03.5
C	Подготовка занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	C/01.6
		Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	C/02.6
		Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами	C/03.6

		спортивной подготовки	
		Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	C/04.6
		Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	C/05.6
D	Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	D/01.6
		Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	D/02.6
		Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	D/03.6
		Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	D/04.6
		Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	D/05.6

Задачи программы:

– реализация дополнительных профессиональных образовательных программ повышения квалификации, профессиональной переподготовки тренеров и специалистов по хоккею;

– проведение научных и прикладных исследований в области подготовки хоккеистов;

– удовлетворение потребностей специалистов в получении новых знаний о

достижениях в сфере спорта высших достижений, передовом отечественном и зарубежном опыте работы со спортсменами.

1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

Программа предназначена для слушателей, имеющих, высшее или среднее профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта.

1.4 Планируемые результаты обучения

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ С ШАЙБОЙ» направлена на совершенствование или формирование следующих общепрофессиональных компетенций:

– способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);

– способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2);

– способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК-4);

– способен проводить работу по предотвращению применения допинга (ОПК-8);

– способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (ОПК-9).

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): высшее или среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта					
Виды деятельности	Трудовая функция (код)	Трудовые действия	Компетенции	Знания	Умения
Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся	А/01.5	Анализ существенных условий для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности занимающихся, длительность занятия, методические указания тренера). Определение задач тренировочных занятий Выбор оптимальных форм и видов тренировочный занятий, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической) Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений,	ОПК-1, ОПК-4	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Теория и методика физической культуры Программа спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине) Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке Комплексы упражнений для повышения уровня общефизической подготовки, специальной подготовки Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Порядок составления отчетной документации по подготовке	Вести отчетную документацию по разработке программ и планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Планировать содержание занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической физиологической характеристики

		направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки Формирование содержания тренировочного (подготовительной, основной и заключительной части), в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений Определение требований к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим		тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Содержание спортивной тренировки в виде спорта Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических. Подбирать средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся. Варьировать продолжительность и характер отдыха между отдельными упражнениями. Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы подготовки занимающегося

		условиям проведения тренировочного занятия Определение системы контрольных показателей и условий достижения программы тренировочных занятий Подготовка и согласование планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке с тренером (группой тренеров)			
Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	A/02.5	Контроль готовности занимающихся к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке Анализ плана тренировочных занятий, выбор формы проведения тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом контингента занимающихся Выполнение с занимающимися	ОПК-1, ОПК-4, ОПК-9	Биомеханика двигательной деятельности в физической культуре Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Теория и методика физической культуры Основы здорового образа жизни Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня	Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы

		комплекса упражнений по общефизической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения) Выполнение с занимающимися комплекса упражнений по		общефизической подготовки, правила техники безопасности при их выполнении Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта, правила техники безопасности при их выполнении Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом спортивной специализации Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Порядок составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных	и средства измерений, применяемые в занятиях по общей физической и специальной подготовке Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий по общей физической и специальной подготовке Демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений Выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря Организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты Вести отчетную документацию по проведению тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Разъяснять правила техники

		специальной подготовке для развития двигательных способностей (включая технический, физический, тактический и психический элемент) Контроль выполнения занимающимися упражнений, включенных в план тренировочных занятий по общефизической и специальной подготовке Фиксация контрольных показателей по окончанию тренировочного занятия по общефизической и специальной подготовке Обеспечение безопасного выполнения занимающимися упражнений по общефизической и специальной подготовке Отчет по проведенному тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке		приборов и средств измерений Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Содержание спортивной тренировки в виде спорта	безопасности при выполнении упражнений Формировать мотивацию занимающихся к занятиям физической культурой и спортом, навыки ведения здорового образа жизни Демонстрировать приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, формулировать двигательную задачу с наглядным объяснением

Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	А/03.5	Подбор показателей и системы тестов для определения уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося Руководство действиями занимающегося во время выполнения тестирования Регистрация и фиксация контрольных показателей физической и функциональной подготовленности занимающегося Анализ фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений за показателями физической и функциональной	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9	Физиология человека Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта Анатомия человека Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Морфо-анатомические особенности строения организма человека на разных этапах онтогенеза, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, методы контроля морфофункционального статуса Методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня	Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике определения уровня физической и функциональной подготовленности Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Использовать техники оценки физической подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и функциональной

		подготовленности занимающегося Аналитическая обработка собранных показателей, фактических данных и результатов наблюдений, определение уровня физической подготовленности занимающегося, эффективности соревновательных и тренировочных воздействий Корректировка цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности занимающегося		физической и функциональной подготовленности занимающегося Нормативы физической и функциональной подготовленности занимающихся видом спорта Программа спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине) Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Порядок составления документации по измерению и оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки Назначение и особенности использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и	подготовленности занимающегося Разъяснять занимающимся вопросы организации и методики проведения тестирования уровня физической и функциональной подготовленности Интерпретировать результаты тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося и анализа фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений

				средств измерений при проведении тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся, способы их учета в спортивной подготовке Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	
Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологическ	A/04.5	Ознакомление тренера (группы тренеров), занимающихся с результатами контрольных мероприятий по оценке	ОПК-1, ОПК-4, ОПК-9	Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта Анатомия человека Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Физиология человека с	Анализировать динамику физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах

ого обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся		физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки, а также с собственными выводами и рекомендациями, сделанными по результатам контрольных мероприятий Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, содержанию самостоятельных тренировок, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты) Выполнение по запросу занимающегося, тренера (группы тренеров) физиологических обоснований отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов спортивной		основами биохимии Основы медицинских знаний Диетология Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта Методы сбора, систематизации и обработки информации Физкультурно-оздоровительные технологии Методы построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки Порядок составления	тренировки, выявлять проблемы в цикле тренировки Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Обосновывать рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося для сохранения функционального состояния и спортивной формы Использовать средства спортивной физиологии для анализа и разработки отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр, программ спортивной подготовки, планов

		подготовки, прогнозирование воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося Разработка планов и программ спортивной подготовки занимающихся в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки Проведение публичных выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров по основам спортивной физиологии, организации		отчетной документации по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки Спортивный мониторинг Правила пользования информационно- коммуникационными технологиями и средствами связи	спортивной подготовки Проводить консультирование тренеров по прикладным вопросам физиологии спорта в практике тренировочного и соревновательного процесса Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений, спортивных подвижных игр на физическую и функциональную подготовленность занимающегося Использовать технические средства публичных выступлений, визуальные и аудиовизуальные средства представления информации при проведении выступлений, обучающих занятий, семинаров, вебинаров

		общей физической подготовки, специальной подготовки			
Комплектование групп занимающихся	В/01.5	Разъяснение детям, подросткам и молодежи ценности занятий оздоровительными физическими упражнениями, привлечение детей, подростков и молодежь в группы спортивно-оздоровительного этапа Выявление мотивации лиц, поступающих в группы на этапы спортивно-оздоровительный, начальной подготовки Консультирование по вопросам порядка зачисления, содержания и режима тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	ОПК-1, ОПК-4	Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта Анатомия человека Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Морфо-анатомические, физиологические, психологические особенности детей, одаренных в виде спорта Критерии и методы диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности Медико-биологические и возрастные критерии массового спортивного отбора Программа спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине) Методики массового отбора в виде спорта	Разъяснять детям, подросткам и молодежи важность ведения здорового образа жизни, ценность занятий оздоровительными физическими упражнениями Определять соответствие возраста, пола поступающих лиц на спортивно-оздоровительный этап требованиям и нормам комплектования групп спортивно-оздоровительного этапа Использовать современные технологии для определения индивидуальных способностей поступающих в группы этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки по антропометрическим,

		поступающих физических лиц и законных представителей несовершеннолетних поступающих Проверка медицинских противопоказаний, возрастных ограничений для занятий видом спорта у поступающих лиц для их зачисления в группы этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки Формирование групп спортивно-оздоровительного этапа, этапа начальной подготовки с использованием соответствующих тестов и нормативов Составление итогового списка групп этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки		Порядок составления отчетной документации по комплектованию групп начальной подготовки Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Основные принципы и методы спортивного отбора, методы выявления способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	физиологическим, психологическим параметрам Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в тренировочных занятиях этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки Вести отчетную документацию по комплектованию групп этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Использовать методы и техники оценки подготовленности поступающих лиц в группы

					начальной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки Устанавливать целесообразность спортивного совершенствования в виде спорта Использовать результаты сдачи нормативов для методического обоснования комплектования групп начальной подготовки Обосновывать принятые решения
Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	B/02.5	Подготовка проектов текущих (годичных) планов спортивной подготовки групп спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта Разработка оперативных планов спортивной подготовки групп занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, в том числе планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям Педагогическое наблюдение за	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9	Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта Сенситивные периоды в развитии основных физических качеств человека Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, включая факторы, ограничивающие нагрузку занимающихся на этапе начальной подготовки Морфо-анатомические, физиологические, психологические особенности детей, имеющих выраженные	Вести отчетную документацию по планированию и учету тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Планировать содержание тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по

		занимающимися во время тренировочных и контрольных мероприятий на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Фиксация результатов сдачи контрольных испытаний (тестов) на оценку уровня технической и физической подготовленности занимающихся Анализ результатов медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся Систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Оценка прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся Выявление перспективных занимающихся в группах этапа начальной подготовки для определения их спортивной специализации		способности (одаренных) к занятиям вида спорта Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки Теория и методика обучения базовым элементам вида спорта, включая его специфику Методики контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека Методы оценки и учета параметров уровня физической, технической и теоретической подготовленности занимающихся Современные технологии выявления выраженных способностей (одаренности) занимающихся для дальнейших занятий видом спорта Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине) Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта на этапах спортивно-оздоровительном, начальной	виду спорта Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки и резервы улучшения результативности тренировочного процесса Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре вида спорта

				подготовки Порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Содержание физкультурно-оздоровительной работы на спортивно-оздоровительном этапе, спортивной тренировки этапа начальной подготовки в виде спорта Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, требования к их обеспечению при организации тренировочных мероприятий по виду спорта (группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине) этапов спортивно-оздоровительного, начальной подготовки	

				Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	
Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки	B/03.5	Подготовка проектов текущих (годичных) планов спортивной подготовки групп спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта Разработка оперативных планов спортивной подготовки групп занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, в том числе планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям Педагогическое	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Биомеханика двигательной деят Анатомия человека Гигиенические основы физкульт Морфо-анатомические особенн онтогенеза, влияние нагрузок р статуса Морфо-анатомические, физиоло определенном виде спорта Психологические особенности д Теория и методика обучения баз Программа спортивной подгото Комплексы оздоровительных, с упражнений для повышения совершенствованию двигательн Средства спортивной тренир оздоровительного, начальной по Методики обучения технике спо Упражнения (тесты) для оцен выносливости, быстроты, скоро Правила техники безопасности с учетом спортивной специализа Правила вида спорта Правила техники безопасности подвижных игр, правила безопас Содержание спортивной тре подготовки в виде спорта Основы организации первой пом	Вести отчетную документацию по планированию и учету тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Планировать содержание тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду спорта Использовать систему тестов

		наблюдение за занимающимися во время тренировочных и контрольных мероприятий на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Фиксация результатов сдачи контрольных испытаний (тестов) на оценку уровня технической и физической подготовленности занимающихся Анализ результатов медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся Систематический учет, анализ, обобщение результатов тренировочного		Федеральные стандарты спортив	для контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров у занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, определять уровень мотивации занимающихся Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки и резервы улучшения результативности тренировочного процесса Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной

		процесса и соревновательной деятельности занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки Оценка прироста индивидуальных показателей физической подготовки занимающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта, внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся Выявление перспективных занимающихся в группах этапа начальной подготовки для определения их спортивной			подготовки, со склонностями и индивидуальными особенностями занимающихся, использовать оздоровительные и специальные подготовительные упражнения, аналогичные структуре вида спорта

		специализации			
Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	С/01.6	Анализ самостоятельно или в составе комиссии информации о состоянии здоровья, уровне подготовленности, результатах, достигнутых занимающимся на этапе начальной подготовки (показатели прироста физических качеств, спортивные результаты, данные личного учета, результаты педагогических наблюдений, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений), определение индивидуальных возможностей занимающегося Определение уровня спортивной предрасположенности и мотивации занимающегося к занятиям по виду спорта Самостоятельный или в составе комиссии просмотр занимающегося на тренировочных занятиях, спортивных соревнованиях, оценка физических качеств и уровня освоения основ техники в виде спорта	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9	Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта (группе спорт Физиология спорта Спортивная морфология Сенситивные периоды в развити Возрастная психология Программа спортивной подготов Медицинские, медико-биологи нормы для занимающихся в груп Методики массового и индивиду Причинно-следственные связи ф высоким спортивным достижени Медико-биологические характе (морфофункциональные особе анализаторных систем организма Методы оценки уровня развит спортивно-технического мастерс Теория и методология спортивно Порядок ведения отчетной доку этапа (этапа спортивной специал Правила использования спортив приборов и средств измерени тренировочный этап (этап спорти Правила пользования информа связи Требования для присвоения спо всероссийской спортивной класс Содержание и результаты спортивной подготовки, требования к зачи в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	Оценивать спортивную предраспо мотивацию к достижению спортивн Использовать спортивное оборудов средства измерений, применяемые (этап спортивной специализации) Вести отчетную документацию об (этапа спортивной специализации) Пользоваться информационно-комм Использовать техники оценки федеральным стандартам спортивно Проводить собеседование с целью психологического настроя занимаю Выявлять способности занимающих Использовать современные техноло спортивной предрасположенностью Оценивать интегральную подготовл Соблюдать нравственные и этически Анализировать результаты тестир требованиям Подготавливать в комиссию доку зачислении занимающихся в специализации)

		Проведение с занимающимися контрольно-переводных тестов, оценка результатов тестирования на соответствие нормативным требованиям Аналитическая обработка собранных данных, подготовка рекомендаций о целесообразности перевода занимающегося с этапа начальной подготовки на тренировочный этап (этап спортивной специализации), зачисления занимающегося в группы тренировочного этапа Подготовка для комиссии рекомендаций и обоснований перевода занимающегося с этапа начальной подготовки на тренировочный этап (этап спортивной специализации), зачисления занимающегося в группы тренировочного этапа Принятие решения о зачислении занимающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) на основании представленных материалов конкурсной комиссии			

Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации	С/02.6	Определение индивидуальных и групповых задач и содержания тренировочного процесса занимающихся на тренировочном этапе Подготовка проектов многолетних и текущих (годичных) планов спортивной подготовки групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта Разработка оперативных планов спортивной подготовки групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), в том числе рабочих планов, планов тренировочных занятий, планов подготовки к спортивным соревнованиям Руководство составлением и выполнением индивидуального плана спортивной подготовки занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) Педагогический контроль занимающихся во время тренировочных и контрольных мероприятий, тренировочных	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Теория и методика обучения виду спорта Технология спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Педагогика и спортивная этика Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Анатомия человека Физиология человека Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий на тренировочном этапе Спортивный мониторинг Методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся Методы планирования, организации и координации групповой деятельности занимающихся Современные технологии выявления и развития спортивной одаренности занимающихся Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Предельный объем тренировочной нагрузки на тренировочном этапе по виду	Определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели выполнения занимающимися нормативов спортивного разряда не ниже кандидата в мастера спорта, по игровым видам спорта - не ниже первого спортивного разряда Определять адекватные поставленным задачам тренировочного процесса средства и методы тренировки с учетом специфической для вида спорта (группе спортивных дисциплин) направленности развития физических качеств Вести отчетную документацию по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки Систематически анализировать

		сборов, спортивных соревнований Фиксация результатов сдачи контрольных испытаний (тестов) Формирование базы результатов текущих медицинских обследований и антропометрических измерений занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) Определение уровня физической подготовленности занимающихся, прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности, степени освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Оценка эффективности подготовки занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), внесение корректив в дальнейшую подготовку занимающихся Выявление наиболее перспективных занимающихся на тренировочном этапе для их дальнейшего спортивного		спорта (группе спортивных дисциплин) Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Порядок составления отчетной документации по планированию, учету и анализу результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) Методы построения процесса спортивной подготовки в виде спорта Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности Средства и методы тренировки в виде спорта Содержание и техники контроля прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности Содержание спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки	индивидуальные результаты подготовки занимающегося на тренировочном этапе с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации Планировать содержание тренировочного процесса тренировочного этапа на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом динамики подготовленности, показателей контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся Оценивать результативность спортивной подготовки на тренировочном этапе, определять резервы, эффективные средства и методы повышения результативности тренировочного процесса Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся Варьировать продолжительность и характер

		совершенствования			отдыха между отдельными упражнениями, тренировочными занятиями и циклами занятий Определять величину нагрузки, адекватную возможностям занимающихся Использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся
Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	С/03.6	Согласование рабочих планов, планов тренировочных занятий, проводимых тренерами по общей физической и специальной подготовке Проведение тренировок по разносторонней физической подготовке, овладению техникой специальных подготовительных упражнений, повышению уровня развития основных физических качеств занимающихся Проведение тренировок на основе комплекса упражнений по повышению уровня специальной физической подготовленности занимающихся, развития выносливости, скоростно-силовых возможностей и специальной	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Теория и методика спортивной тренировки в виде спорта Теория и методика обучения базовым видам спорта (со спецификой вида спорта) Технология спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Педагогика и спортивная этика Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Анатомия человека Физиология человека Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки	Обучать занимающихся ведению спортивного дневника и умению анализировать записанные данные Развивать у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость, спортивно важные для вида спорта двигательные и психические качества с учетом сенситивных периодов развития физических качеств Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений,

		работоспособности Формирование на основе специальных упражнений у занимающихся системы движений, соответствующей особенностям вида спорта (группе спортивных дисциплин), обучение координационно сложным движениям, развитие технико-тактической подготовленности занимающихся Проведение теоретических занятий в форме лекций, семинаров, а также совместного просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, обучающих и научно-популярных фильмов с занимающимися с целью изучения системы движений, соответствующей особенностям вида спорта Согласование плана участия занимающихся в тренировочных сборах, предусмотренных планами спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и тренировочного процесса Педагогический контроль занимающихся во время теоретических и		Психологические средства для снижения уровня нервно-психической напряженности во время тренировок, особенности конфликтных ситуаций в спорте, методы их профилактики и разрешения, способы формирования, поддержания и коррекции мотивации Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Факторы, определяющие общую и специальную подготовленность спортсменов в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Гигиена физической культуры и спорта Правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации Порядок составления отчетной документации по проведению спортивной подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных	применяемые в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Демонстрировать безопасные техники выполнения упражнений, предупреждать случаи травматизма во время тренировок Организовывать обсуждение с занимающимися особенностей системы техник двигательных действий, характерных для вида спорта (группы спортивных дисциплин) и представленных в кино-, видеоматериалах, научно-популярных фильмах Оценивать уровень усвоения занимающимися теоретических знаний, проводить лекции, семинары Использовать эффективные для вида спорта (группы спортивных дисциплин) методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности Выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря Организовывать первую помощь, применять средства

		тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря		дисциплин) Правила вида спорта Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Приемы и методы восстановления после физических нагрузок Современные средства, методы и особенности физической, технической, тактической, психологической, теоретической, интегральной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) на тренировочном этапе Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке Содержание спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Основы организации первой помощи Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	огнезащиты, средства индивидуальной защиты Вести отчетную документацию по проведению спортивной подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Выявлять признаки перенапряжения и переутомления занимающихся, варьировать величиной нагрузки с учетом индивидуальных функциональных возможностей занимающихся, закономерностей развития и взаимосвязи различных систем организма занимающегося Развивать специальную закрепляющую мотивацию занимающихся к занятиям видом спорта, стимулировать к спортивному самосовершенствованию Демонстрировать тактические приемы и способы рациональной техники двигательных действий, тактики вида спорта, формулировать технико-тактическую задачу с наглядным объяснением

					Формировать положительную самооценку занимающихся, уверенность в собственных силах Анализировать правильность и оптимальность двигательных действий и исполнения тактических приемов занимающимися Отбирать наиболее эффективные методики спортивной подготовки, соответствующие целям подготовки занимающихся на тренировочном этапе
Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	С/04.6	Проведение предсоревновательных теоретических занятий для изучения соревновательной практики, правил соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин), правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования Проведение предсоревновательных тренировочных занятий, ориентированных на совершенствование применения системы движений и развитие технико-тактической подготовленности занимающихся в условиях, имитирующих участие в	ОПК1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Методики отбора занимающихся для участия в спортивном соревновании, правила допуска занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Теория и методика спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Спортивная психология Модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к соревнованиям Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Минимальный и предельный	Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в практике спортивной подготовки, организации спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования Обеспечивать индивидуальную подготовку и

		спортивном соревновании, моделирование в тренировке условий проведения реальных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Отбор занимающихся для участия в спортивном соревновании, допуск занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Формирование и поддержание спортивной мотивации занимающихся при подготовке к выступлениям на спортивных соревнованиях Организация участия занимающихся в предсоревновательных сборах, предусмотренных программой тренировочного этапа спортивной подготовки Организация выступления отобранных (допущенных) занимающихся в спортивных соревнованиях, предусмотренных программой тренировочного этапа спортивной подготовки Наблюдение за выступлением занимающегося на спортивном соревновании, действиями судей и соперников Разбор с		объем соревновательной деятельности на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Возрастная психология Педагогика физической культуры и спорта Показатели результативности соревновательной деятельности занимающихся Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Порядок составления отчетной документации по подготовке занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Методы построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Правила вида спорта Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Содержание календаря	совершенствование занимающихся, устанавливать реалистичные соревновательные цели, основанные на прошлых достижениях занимающихся Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся в предсоревновательный период Использовать методы психологической поддержки занимающихся во время выступления на соревнованиях Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям Моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающегося и группы занимающихся (спортивной команды): беседа, внушение, убеждение, метод заданий и поручений, моделирование соревновательных ситуаций,

		занимающимися результатов выступления на соревновании		спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Этические нормы в области спорта	психотехнические упражнения, идеомоторная тренировка, психорегулирующие средства Применять средства физического и психического восстановления занимающихся Определять соревновательные цели и задачи занимающегося для достижения спортивного результата Оценивать результаты выступления занимающихся на соревновании, выявлять технические и тактические ошибки Обеспечивать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях
Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	С/05.6	Проведение теоретических занятий с занимающимися по изучению основ системы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Обучение занимающихся методическим и организационным аспектам самоконтроля, технике безопасности спортивной тренировки и безопасному использованию спортивного	ОПК-8, ОПК-9	Диетология Основы спортивной медицины Биомеханика двигательной деятельности в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Анатомия человека Физиология человека Спортивная психология Технология спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Антидопинговые правила Основные виды нарушений антидопинговых	Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы Разъяснять техники безопасного выполнения

		оборудования, техники и инвентаря Разъяснение занимающимся организационных аспектов проведения допинг-контроля, прав и обязанностей спортсмена при прохождении допинг-контроля Организация участия занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки Контроль выполнения занимающимися процедур, предусмотренных программой медико-биологического, научно-методического обеспечения спортивной подготовки, антидопинговыми правилами		правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски Методы организации допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля Планы антидопинговых мероприятий Методики медико-биологического и психологического тестирования Методы и техники самоконтроля спортсмена Спортивный мониторинг Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки Методы организации медико-биологического контроля в спорте Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Приемы и методы восстановления после физических нагрузок	упражнений, использования спортивного оборудования, техники и инвентаря Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Планировать и организовывать участие занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки Обеспечивать контроль выполнения занимающимися процедур, предусмотренных программой медико-биологического обеспечения, научно-методического обеспечения спортивной подготовки, антидопинговыми правилами

Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	D/01. 6	Анализ состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений) Обследование соревновательной деятельности занимающихся, включая изучение спортивно-технических результатов и их динамики (начало, вершина, спад) по годам подготовки Самостоятельный просмотр занимающихся на тренировочных занятиях, тренировочных сборах, спортивных соревнованиях с целью оценки физических качеств и уровня освоения основ техники в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Организация выполнения занимающимся контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикидок для	ОПК1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Анатомия человека Физиология человека Морфологические критерии спортивного отбора Методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей занимающихся с учетом спортивной ориентации Методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовност и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся в группах этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного	Интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся Оценивать уровень спортивного результата занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспосабливаться к условиям конкретных соревнований Использовать морфологические критерии спортивного отбора Выявлять способности занимающихся к достижению высоких спортивных результатов, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок Прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся Вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства,

		принятия решения о переводе занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования Оценка на основании собранной информации личностно-психических качеств, способностей занимающихся к достижению высших спортивных результатов в виде спорта, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, определение степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам Подготовка заключения о целесообразности перевода или зачисления занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства		мастерства Методики комплексной оценки подготовленности занимающихся Методики медико-биологического и психологического тестирования Методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации Порядок составления отчетной документации по отбору занимающихся на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства Правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Теория и методология спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики массового и индивидуального отбора в виде спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих	высшего спортивного мастерства Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки Оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам Давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности

				требованиям специфики вида спорта (группе спортивных дисциплин) Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	
Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	D/02.6	Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической	ОПК1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-9	Актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами Анатомия человека Физиология спорта Спортивная биохимия Спортивная морфология Теория вида спорта Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся для этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Технологии	Собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности

		подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства Планирование тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов занимающихся Составление индивидуального календаря спортивных соревнований Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства Периодический и текущий контроль результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки		профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства Методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации Технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде	тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся Оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки Контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов

		занимающихся Сравнительный анализ результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях Мониторинг выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся Анализ данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения Анализ показателей самоконтроля занимающихся Оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося Анализ и разбор результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учет динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях Выявление факторов спортивного		спорта (группе спортивных дисциплин) Особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров) Порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по	

		результата занимающегося в спортивных соревнованиях и методов управления результатом Оценка качества выполнения занимающимся объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальным планом подготовки Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся		виду спорта (группе спортивных дисциплин) Специфика построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах Структура годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки Структура индивидуального календаря спортивных соревнований Технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	
Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по	D/03.6	Построение индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла Проведение тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-	ОПК1, ОПК-4, ОПК-9	Спортивная биохимия Спортивная морфология Спортивная метрология Анатомия человека Физиология человека Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Технологии профессионального спортивного	Анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок Использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной

виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов		тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося Формирование у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации Постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки Мониторинг и контроль состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям Проверка выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий,		совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках Виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов Спортивная медицина Критерии предварительного соревновательного отбора Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки" Спортивная психология Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Комплексные методики	подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спора, мастера спорта России, мастера спорта международного класса Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок Оценивать и корректировать уровень интеллектуальной

		предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период Подготовка занимающихся по инструкторской и судейской практике Контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря		совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Структура годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Правила вида спорта Правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду	подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований Разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок Использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени,

				спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта	варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий)
Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	D/04.6	Моделирование соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности Проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последействия) и действий занимающегося Определение общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям Выбор тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников Формирование мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка	ОПК1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-8, ОПК-9	Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации Антидопинговые правила Спортивная морфология Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин) Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках Спортивная психология Спортивная медицина Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Минимальный и предельный объем	Определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося Производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании Формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня

		занимающегося в период соревнований Анализ и разбор с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной Контроль прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур		соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося Положения хартии международной олимпийской организации Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров) Показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося	спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия Оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося Вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт Применять средства общей и специальной психологической

				Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Правила вида спорта Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Приемы и методы восстановления после физических нагрузок Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Структура индивидуального календаря спортивных соревнований Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Этические нормы в области спорта	подготовки занимающихся к соревнованиям Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося
Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического	D/05.6	Обучение занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии Информирование	ОПК1, ОПК-2, ОПК-4, ОПК-8, ОПК-9	Спортивная биохимия Спортивная медицина Диетология Основы организации здорового образа жизни Методики медико-биологического и	Вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и

, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки		занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля Обучение занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности Анализ результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки Организация участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области спортивной медицины, теории и методики вида спорта Анализ результатов прохождения занимающимися процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников,		психологического тестирования Методы и техники самоконтроля занимающегося Антидопинговые правила Основные виды нарушений антидопинговых правил и последствия их нарушения Планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки Методы организации медико-биологического контроля в спорте Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Планы восстановительных мероприятий Этические нормы в области спорта	антидопингового обеспечения спортивной подготовки Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы Использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям Выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии Контролировать исполнение занимающимися медицинских

		систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки Контроль выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья Уведомление медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях Консультирование занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций Проведение дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре			предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья Оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося Оформлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам Оформлять запрос на представителя, переводчика при выполнении процедур допинг-контроля Устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств

		принимаемых занимающимся фармакологических средств			

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

– содержание общероссийских и международных антидопинговых правил.

– содержание списка запрещенных веществ и методов;

– правила проведения допинг-контроля спортсменов, права и обязанности спортсмена

– последствия применения допинга для здоровья и спортивной карьеры

– правила вынесения санкций по отношению к спортсмену, нарушившему антидопинговые правила, правила подачи апелляций;

– риски применения пищевых добавок в спорте;

– теоретические основы работы с предстартовыми состояниями;

– структуру самооценки спортсмена;

– основные закономерности и механизмы адаптации к различным физическим (мышечным) нагрузкам;

– закономерности и механизмы формирования и увеличения функциональных резервов организма при различных видах физических нагрузок;

– физиологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся физической культурой и спортом;

– физиологические основы тренировки в детско-юношеском спорте;

– физиологические методы контроля функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом;

– методику спортивной подготовки в избранном виде спорта, основные положения дидактики, теории и методики физической культуры и требования стандартов спортивной подготовки;

– истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов в избранном виде спорта;

– систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся;

– основные положения и виды планирования, структуру учебных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

– актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, методы педагогического контроля и коррекции.

Уметь:

– анализировать информацию из антидопинговых организаций, статистических сборников, отчетных данных;

– объяснить, что представляет собой нарушение антидопинговых правил, какова ответственность спортсмена и обслуживающего персонала;

– объяснить, что такое Запрещенный список-2019, какова его структура и как он создается;

объяснить последствия применения допинга для здоровья и спортивной карьеры;

– объяснить, как создаются пулы тестирования, что такое разрешение на терапевтическое использование;

–объяснить правила допинг-контроля при заборе и первичном исследовании проб крови и мочи, права и обязанности спортсмена;

– применять техники оперативной регуляции предстартовых состояний;

– диагностировать уровень самооценки спортсмена;

– использовать накопленные знания для контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;

– учитывать знания физиологии спорта при планировании различных форм занятий физической культурой в целях совершенствования природных данных, поддержания

здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся различного пола и возраста;

– учитывать возрастные и морфофункциональные особенности занимающихся различного пола, уровень их физической и специальной физической подготовленности, состояние здоровья при выборе приемов обучения и воспитания, форм занятий и методов, адекватных поставленным задачам;

– определять функциональное состояние, уровень физического развития и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития;

– проводить тренировочные занятия в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки;

– ориентироваться в вопросах эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ в избранном виде спорта;

– реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта;

– разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

– применять методики спортивного массажа;

– использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.

Владеть:

– способностью воспитывать у спортсменов моральные принципы честной спортивной конкуренции;

– техниками регуляции предстартовых состояний;

– техниками и приемами оптимизации и стабилизации самооценки;

– практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами спорта.

– практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами оздоровительной физической культуры.

– навыками рационального использования учебно-лабораторного и специального оборудования, современной компьютерной техники;

– методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности;

– методиками спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки;

– методикой отбора в избранном виде спорта;

– основные положения и виды планирования, структуру учебных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

– навыками написания необходимой документации планирования в своей профессиональной деятельности, составления учебных планов и программ конкретных занятий;

– актуальными для избранного вида спорта технологиями управления состоянием человека, методиками педагогического контроля и коррекции.

1.5 Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость ДПП ПК составляет 72 часа, включая все виды аудиторных и внеаудиторных (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 2 недели.

1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного ФГБОУ ВО «УралГУФК» образца

1.7 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

1.7 1 Организация образовательной деятельности по программе;

Основной учебный процесс осуществляется в учебной группе. Часть учебной нагрузки осуществляется индивидуально в форме индивидуальных консультаций, педагогических наблюдений, выполнения реферата. Все учебные занятия проходят в соответствии с разработанным учебным планом и календарным учебным графиком. В процессе реализации дополнительной образовательной программы повышения квалификации используются инновационные образовательные технологии в виде активных и интерактивных форм обучения с применением аппаратно-программного инструментария и информационно-телекоммуникационных сетей.

1.7.2 Кадровые условия реализации программы

Реализация образовательной программы повышения квалификации обеспечена научно-педагогическими кадрами, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора имеющими базовое образование соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимаются научной и научно-методической деятельностью.

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, составляет не менее 70 процентов.

Доля научно-педагогических работников, имеющих ученую степень и ученое звание, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, составляет не менее 70 процентов.

К реализации дополнительной образовательной программы привлекаются преподаватели, имеющие: ученые степени кандидатов и докторов наук, ученые звания доцентов и профессоров, государственные почетные звания: «Заслуженный тренер России», «Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации», спортивные звания (ЗМС, МСМК, МС); лауреаты государственных премий в сфере физической культуры и спорта.

1.7 3 Учебно-методическое, информационное обеспечение программы

Слушатели имеют доступ в читальный зал УралГУФК, могут пользоваться нескольким электронно-библиотечным системам из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

1.7.4 Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные технологии спортивной подготовки в хоккее с шайбой» предоставляются специализированные учебные аудитории УралГУФК, оборудованные компьютерами, видео, аудио, DVD, мультимедийным оборудованием, досками, макетами, применяются учебные видеофильмы по основным дисциплинам программы.

2 Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

2.1 Календарный учебный график

Форма обучения	Аудиторных часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы
Очная	4-6	5	2 недели
	8	6	1 неделя

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному проректором по учебной работе УралГУФК.

2.2 Учебный план

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор ФГБОУ ВО «УралГУФК»,
д.п.н., профессор _____ С.Г. Сериков
«___» _____ 2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«Современные технологии спортивной подготовки в хоккее с шайбой»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа	
			всего	лекции	практические		
1	Основы антидопингового обеспечения	**6**	**6**	**6**			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
1.1	Нормативные правовые аспекты антидопингового обеспечения	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
1.2	Запрещенные субстанции и методы: последствия для здоровья	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.

1.3	Процедура допинг-контроля и оформление разрешения на терапевтическое использование запрещенных препаратов	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
2	Психологические аспекты спортивной деятельности	**8**	**8**	**4**	**4**		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса, выполнения практических работ.
2.1	Предстартовые состояния	**4**	4	2	2		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения заданий, вынесенных на самостоятельное изучение.
2.2	Самооценка спортсмена	**4**	4	2	2		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
3	Физиологические аспекты спортивной тренировки в хоккее	**16**	**16**	**12**	**4**		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения

							практических работ.
3.1	Морфофункциональные основы развития и совершенствования двигательных качеств	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
3.2	Физиологическая характеристика функциональных состояний организма спортсмена	**4**	4	2	2		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
3.3	Физиологические основы формирования и совершенствования двигательных навыков	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
3.4	Физиологическое обоснование классификации тренировочных нагрузок, принципов, методов и планирования спортивной тренировки	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
3.5	Физиологические особенности тренировки детей различного возраста	**2**	2	2			Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса.
3.6	Физиологические основы спортивного отбора и ориентации юных спортсменов	**4**	4	2	2		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения

							практической работы.
4	Теория и методика хоккея	**42**	**42**	**18**	**24**		Промежуточная аттестация: выполнение реферата, тестирование
4.1	Построение подготовки хоккеистов	6	6	2	4		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
4.2	Управление тренировочным процессом хоккеистов	6	6	4	2		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
4.3	Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	8	8	4	4		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
4.4	Программирование процесса подготовки хоккеистов	6	6	2	4		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного

							опроса и выполнения практической работы.
4.5	Отбор хоккеистов на различных этапах подготовки	10	10	4	6		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
4.6	Скаутинг в России и в мире	6	6	2	4		Текущий контроль знаний осуществляется путём устного опроса и выполнения практической работы.
	Итоговая аттестация						**зачет**
	ИТОГО	**72**	**72**	**40**	**32**		

СОГЛАСОВАНО

Проректор по планированию, стандартизации и цифровизации		О. А. Клестова, к.п.н., доцент
Начальник учебного отдела		И. А. Савенко
Директор МРЦПК и ППК		В. Я. Ботнер, доцент
Заведующий кафедрой теории и методики хоккея и футбола		Р. Х. Аминов, к.п.н., доцент

2.3 Содержание учебных разделов программы

Раздел 1 Основы антидопингового обеспечения (6 часов)

Тема 1.1 Нормативные правовые аспекты антидопингового обеспечения (2 часа)

Допинг, как главная угроза развития современного спорта. Международные правила и стандарты, регламентирующие антидопинговую работу: Всемирный антидопинговый кодекс, Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте, Запрещенный список, Международный стандарт по терапевтическому использованию, общероссийские антидопинговые правила.

Тема 1.2 Запрещенные субстанции и методы: последствия для здоровья (2 часа)

Запрещенный список - 2019: запрещенные в спорте субстанции и методы. Субстанции и методы, запрещенные во время соревнований. Субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта. Последствия использования допинга для здоровья.

Тема 1.3 Процедура допинг-контроля и оформление разрешения на терапевтическое использование запрещенных препаратов. (2 часа)

Правила проведения допинг-контроля спортсменов. Пулы тестирования. Биологический паспорт спортсмена. Информация о местонахождении. Разрешение на терапевтическое использование запрещенных в спорте субстанций. Процедура допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена. Правила подачи апелляций по поводу нарушения антидопинговых правил и применяемых санкций.

Перечень практических занятий раздела

Практические занятия программой не предусмотрены.

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Не предусмотрена учебным планом

Формы и методы контроля знаний слушателей по разделу

Текущий контроль сформированности компетенций осуществляется путём устного опроса.

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по разделу

Основная литература:

1. Грецов, А. Г. За спорт без допинга. Вопросы и ответы: науч.-метод. пособие для тренеров и спортсменов. – Издан. 2-е, перераб.– СПб. : ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 58 с.

2. Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. – М. : Спорт, 2016. – 318 с.

3. Федотова, В. Г. Допинг и противодействие его применению в спорте: учеб.-метод. пособие / В.Г. Федотова, Е. В. Федотова; Московская гос. акад. физ.культуры. – Малаховка : [б.и.], 2010. – 176 с.

Дополнительная литература:

1. Профилактика применения допингов в спорте: учеб.-метод. комплекс. Ч.1: Учебные материалы / авт.- сост.: Е. А. Митин [и др.]; под ред. О. М. Шелкова; Санкт-Петербургский науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – СПб. : [б.и.], 2011. – 284 с.

2. Чурганов, О. А. Допинг и здоровье: метод. пособие / О. А. Чурганов, Е. А.Гаврилова ; Санкт-Петербургский науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – СПб.: [б.и.], 2011.

– 60 с.

Другие информационные ресурсы:

1. http: // elibrary.uralgufk.ac.ru / электронный каталог УралГУФК
2. http://minsport.gov.ru – официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации.
3. http://rusada.ru – сайт Российского антидопингового агентства.
4. http://wada-ama.org – официальный сайт Международного антидопингового агентства (WADA).
5. http://sportfmba.ru – официальный сайт федерального научно-клинического центра спортивной медицины Федерального медико-биологического агентства Российской Федерации.

Учебные фильмы:

1 Учебный фильм «Анаболические стероиды»
2 Учебный фильм «Война допингов»
3 Учебный фильм «Генетически модифицированные спортсмены»
4 Учебный фильм «Сверхлюди. Допинг»
5 Учебный фильм «Болезни высших достижений»

Раздел 2 Психологические аспекты спортивной деятельности (8 часов)

Тема 2.1 Предстартовые состояния (4 часа)

Классификация предстартовых состояний. Боевая готовность. Предстартовая апатия. Предстартовая лихорадка. Техники регуляции предстартовых состояний

Тема 2.2 Самооценка спортсмена (4 часа)

Структура самооценки. Техники оптимизации самооценки. Техники стабилизации самооценки.

Перечень практических занятий раздела

Номер темы	Наименование практического занятия	Трудоемкость (час)
2.1	Предстартовые состояния	2
2.2	Самооценка спортсмена	2

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Не предусмотрена учебным планом.

Формы и методы контроля знаний слушателей по разделу

Текущий контроль сформированности компетенций осуществляется путём устного опроса и выполнения практических работ.

Примерные вопросы для устного опроса

1 Неспецифические и специфические предстартовые состояния.
2 Приемы регуляции предстартовых состояний.
3 Предстартовая апатия.
4 Предстартовая лихорадка.
5 Боевая готовность.
6 Самооценка спортсмена: структура.
7 Самооценка спортсмена: приемы оптимизации и стабилизации.

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов

по разделу

Основная литература:

1. Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта : учебник / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогунов. – М. : Академия, 2014. – 268 с.

2. Ловягина, А. Е. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, Д. Н. Волков ; под ред. А. Е. Ловягиной. – М. : Юрайт, 2016. – 531 с.

3. Психодиагностика. Теория и практика : учебник для бакалавров / под ред. М. К. Акимовой. – М. : Юрайт, 2014. – 631 с.

Дополнительная литература:

1. Ефимова, Н. С. Социальная психология : учебник для бакалавров / Н. С. Ефимова, А. В. Литвинова. – М. : Юрайт, 2012. – 442 с.

2. Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2012. – 290 с.

3. Ильин, Е. П. Психология доверия / Е. П. Ильин . – СПб. : Питер, 2013. – 282 с.

4. Ильин, Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2010. – 573 с.

5. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – Спб. : Питер, 2011. – 351 с.

6. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – 2-е изд., 2010. – 782 с.

7. Истратова, О. Н. Психодиагностика : коллекция лучших тестов / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – Ростов н / Д : Феникс, 2013. – 376 с.

8. Малкин, В. Р. Психология спорта : учеб. пособие / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; науч. ред. В. Н. Люберцев. – Екатеринбург : Уральский гос. технический ун-т, 2008. – 261 с.

9. Психология физической культуры и спорта : учебник / под ред. А. В. Родионова. – М. : Академия, 2010. – 366 с.

10. Родионов, А. В. Психофизическая тренировка / А. В. Родионов. – М. : Дар, 1995. – 65 с.

11. Шойфет, М. С. Психофизическая саморегуляция / М. С. Шойфет. – М. : Вече, 2010. – 319 с.

12. Энциклопедия психодиагностики / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : Бахрах-М, 2010. – Т. 4. – 789 с.

Другие информационные ресурсы:

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы http://elibrary.uralgufk.ac.ru/catalogue/ – Электронный каталог УралГУФК.

Раздел 3 Физиологические аспекты спортивной тренировки в хоккее (12 часов)

Тема 3.1 Морфофункциональные основы развития и совершенствования двигательных качеств (2 часа)

Морфология мышц и скорость мышечного сокращения. Типы мышечных волокон и их характеристика. Функциональные свойства нервной системы и быстрота двигательных действий. Мощность и емкость анаэробной (алактатной) системы энергообеспечения. Физиологические и биохимические механизмы развития различных видов быстроты.

Морфология мышц и сила мышечного сокращения. Типы мышечных волокон и силы мышечного сокращения. Режимы работы мышц и сила. Виды силы. Силовой дефицит. Механизмы увеличения силы мышц.

Роль центральной нервной системы в развитии и проявлении силы. Роль мужских половых гормонов в развитии силы. Выносливость и ее виды. Морфология мышц и выносливость. Физиологическое обоснование развития выносливости организма спортсмена. Роль генетических и средовых факторов в развитии различных видов

выносливости. Максимальная анаэробная емкость и мощность как основа анаэробной выносливости.

Тема 3.2 Физиологическая характеристика функциональных состояний организма спортсмена (6 часов)

Понятие функционального состояния. Классификации функциональных состояний и их краткая характеристика. Функциональное состояние нервно-эмоционального напряжения и его характеристика.

Эмоциональный стресс и способы его ликвидации.

Состояние оперативного покоя. Виды оперативного покоя и нейрофизиологические механизмы их возникновения. Физиологическая сущность разминки. Значение общей и специальной разминки.

Физиологическая сущность врабатывания. Условия, влияющие на длительность процессов врабатывания. Физиологический механизм «мертвой точки» и «второго дыхания».

Физиологическая характеристика кажущегося и истинного устойчивого состояния работоспособности при динамической циклической работе.

Утомление и его физиологическая характеристика. Механизмы развития утомления. Стадии утомления. Физиологические особенности утомления при различных видах мышечной деятельности. Виды утомления (острое, хроническое, переутомление). Перетренированность и ее стадии.

Физиологическая характеристика процессов восстановления физической работоспособности спортсмена. Кислородный долг и его компоненты. Фазы и основные закономерности восстановительных процессов. Физиологическая сущность феномена И.М. Сеченова «активного отдыха», его роль в повышении работоспособности. Физиологическая характеристика методов и средств ускорения процессов восстановления организма.

Тема 3.3 Физиологические основы формирования и совершенствования двигательных навыков. (2 часа)

Двигательный навык и его характеристика с позиций теории функциональных систем. Стереотипность и изменчивость двигательного навыка. Экстраполяция в двигательных навыках. Физиологическая характеристика фаз (стадий) формирования и совершенствования двигательного навыка.

Тема 3.4 Физиологическое обоснование классификации тренировочных нагрузок, принципов, методов и планирования спортивной тренировки (2 часа)

Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности. Физиологическое обоснование закономерностей спортивной тренировки. Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки.

Физиологическая характеристика методов спортивной тренировки.

Тема 3.5 Физиологические особенности тренировки детей различного возраста (2 часа)

Возрастные особенности процессов нейрогуморальной регуляции нервно-мышечного аппарата и вегетативных систем детей различного возраста. Морфофункциональные основы адаптации организма юного спортсмена к физическим (мышечным) нагрузкам.

Морфофункциональные и биохимические основы развития физических качеств у детей различного возраста.

Морфофункциональные особенности формирования двигательных навыков у детей

различного возраста. Физиологические особенности развития функциональных состояний в процессе спортивной деятельности у детей различного возраста.

Тема 3.6 Физиологические основы спортивного отбора и ориентации юных спортсменов (4 часа)

Спортивный отбор как многолетний процесс. Спортивная ориентация как начальный этап спортивного отбора. Этапы спортивного отбора. Морфофункциональные критерии спортивного отбора. Генетическая обусловленность уровня развития отдельных физических качеств

Перечень практических занятий раздела

Номер темы	Наименование самостоятельной работы слушателей	Трудоемкость в часах
3.2	Определение уровня общей физической работоспособности по тестам PWC170 и Гарвардскому степ-тесту (учебно-исследовательская работа в малых группах, дискуссия)	2
3.6	Физиологические основы спортивного отбора и ориентации юных спортсменов	2

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Внеаудиторная самостоятельная работа не предусмотрена учебным планом

Формы и методы контроля знаний слушателей по разделу

Текущий контроль сформированности компетенций осуществляется путём устного опроса и выполнения практических работ.

Примерные вопросы для устного опроса

1 Объясните физиологические механизмы возникновения различных предстартовых реакций.

2 Объясните физиологическую сущность разминки.

3 Объясните физиологическую сущность врабатывания. Перечислите условия, влияющие на длительность процессов врабатывания.

4 Объясните физиологический механизм «мертвой точки» и «второго дыхания».

5 Охарактеризуйте кажущееся и истинное устойчивое состояние при динамической циклической работе.

6 Объясните теории утомления. Дайте физиологическое обоснование центрально-корковой теории утомления.

7 Объясните физиологическую сущность утомления (признаки, фазы и виды утомления).

8 Объясните физиологические особенности утомления при различных видах мышечной деятельности.

9 Охарактеризуйте переутомление и перетренированность (сущность, признаки и меры ликвидации).

10 Охарактеризуйте двигательный навык с позиций физиологии.

11 Обоснуйте принципы спортивной тренировки позиций физиологии.

12 Охарактеризуйте периодизацию спортивной тренировки (обще- и специально-подготовительный, соревновательный, переходный и восстановительный периоды) с позиций физиологии.

13 Объясните физиологическую сущность тренированности. Охарактеризуйте спортивную форму как состояние высокой степени тренированности.

14 Объясните особенности протекания физиологических процессов у тренированных спортсменов в покое.

15 Охарактеризуйте реакции тренированного и нетренированного организма на дозированную физическую нагрузку.

16 Дайте физиологическую характеристику силы и методов ее развития.

17 Дайте физиологическую характеристику быстроты и методов ее развития.

18 Дайте физиологическую характеристику методов развития скоростной и силовой выносливости.

19 Дайте физиологическую характеристику общей выносливости и методы ее развития.

20 Объясните физиологические основы формирования двигательного навыка у детей и подростков.

21 Объясните физиологические особенности реакции организма детей и подростков на физическую нагрузку (врабатывание, устойчивое состояние и восстановление).

22 Объясните физиологические особенности развития физических качеств у детей и подростков. Сенситивные периоды.

23 Расскажите о физиологические основы спортивного отбора детей.

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по разделу

Основная литература:

1. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – Изд. 4-е, испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 619 с.

2. Физиология физического воспитания и спорта : учебник / В.М. Смирнов, Н.А. Фудин, Б.А. Поляев, А.В. Смирнов. – М. : Медицинское информационное агентство, 2012. – 543 с.

Дополнительная литература:

1. Воробьев, В. И. Курс лекций по физиологии спорта и адаптивной физической культуры : учеб. пособие / В. И. Воробьев ; УралГУФК. – Челябинск : УралГУФК, 2006. – 107 с.

2.. Дубровский, В.И. Спортивная физиология : учебник / В. И. Дубровский. – М. : ВЛАДОС, 2005. – 462с.

3. Нестеров, В. А. Избранные лекции по физиологии спортивной деятельности : учеб. пособие / В. А. Нестеров ; Дальневосточная ГАФК. – Хабаровск : Дальневосточная ГАФК, 2004. – 57с.

4. Петрушкина, Н. П. Практикум по физиологии (раздел спортивная физиология) : учеб.-метод. пособие для студентов заочного отделения / Н. П. Петрушкина, А. И. Пустозеров ; УралГУФК. – Челябинск : УралГУФК, 2010. – 110 с.

5. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учеб. пособие / под общ. ред. А. С. Солодкова .— М. : Сов. спорт, 2006 .— 191 с.

6. Скоростно-силовая подготовка в спортивных играх и ее методическое обеспечение: учеб. пособие / под ред. А. Д. Табарчука. – УралГАФК. – Челябинск : УралГАФК, 2002. – 51 с.

7. Таймазов, В. А. Психофизиологическое состояние спортсмена : методы оценки и коррекции : учеб. пособие / В. А. Таймазов, Я. В. Голуб. – СПб. : ОлимСПб, 2004. – 399 с.

8. Физиологическое тестирование спортсменов высокого класса : практ. руководство / под ред. В. С. Мищенко. – Киев : «Олимпийская литература», 1998. – 431 с.

9. Черапкина, Л. П. Физиология спорта (на примере хоккея) : учеб. пособие / Л. Г. Черапкина, В. Г. Тристан. – СибГУФК. – Омск : СибГУФК, 2006. – 80 с.

10. Шаров, Б. Б. Методические рекомендации по физиологии : метод. руководство / Б. Б. Шаров. – УралГУФК. – Челябинск: Фотохудожник, 2006. – 124 с.

Другие информационные ресурсы:

1 Программное обеспечение программно-аппаратного комплекса «ПсихоТест», производства ООО «НейроСофт», г. Иваново.

2 **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

1 http: // elibrary.uralgufk.ac.ru / электронный каталог УралГУФК

2 http: //www.fiziolive.ru/html/fiz/statii/nervous system.htm – оценка функционального состояния нервных процессов спортсменов

3 http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc – электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту

4 http/lib.sportedu.ru/Press/TREK – сайт научно–методического журнала «Теория и практика физической кульутры»

5 http://www.teoriya.ru – научный портал

Раздел 4 Теория и методика хоккея (42 часа)

Тема 4.1 Построение подготовки хоккеистов (6 часов)

Характеристика макро-, мезо- и микроструктуры. Построение годичного цикла подготовки хоккеистов. Соотношение видов подготовки, динамика тренировочных нагрузок, цикличность тренировочного процесса. Особенности построения общеподготовительного, специально-подготовительного, соревновательного и переходного этапов. Особенности построения и виды мезо- и микроциклов. Динамика отдельных видов подготовки и их соотношение на отдельных этапах многолетнего цикла. Динамика нагрузок разного характера и направленности и их соотношение на отдельных этапах многолетней подготовки. Возрастная динамика основных средств и методов обучения и тренировки. Особенности построения межигровых – соревновательных микроциклов с различными межигровыми интервалами, с определенным чередованием восстанавливающих, поддерживающих и развивающих тренировок.

Специфика тренировочной работы в межигровых микроциклах на соревновательных этапах.

Построение многолетней подготовки хоккеистов высокой квалификации. Динамика объемов нагрузок разного характера и направленности и соотношение видов подготовки по годам цикла.

Тема 4.2 Управление тренировочным процессом хоккеистов (6 часов)

Характеристика основных функций системы управления: программирования, контроля и реализации программ и планов подготовки хоккеистов. Разработка текущих и оперативных планов тренировочной работы. Организация и проведение занятий. Нормирование нагрузок. Обеспечение высокой общей и моторной плотности. Выбор места тренером в ходе занятия. Стимулирование интереса у занимающихся. Регулирование эмоционального фона.

Характеристика стратегического управления тренировочным процессом. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов. Обеспечение надлежащих материально-технических условий проведения тренировочного процесса. Создание коллектива.

Этапный, текущий и оперативный контроль. Контроль тренировочного процесса, соревновательной деятельности и уровня подготовленности хоккеистов. Контроль тренировочных нагрузок разного характера и направленности на отдельных этапах годичного цикла. Методика текущих обследований. Обследование соревновательной деятельности. Обследование тренировочной деятельности. Врачебные обследования.

Тема 4.3 Управление соревновательной деятельностью хоккеистов (8 часов)

Характеристика и методика стратегического и оперативного управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Составление плана подготовительных игр с определением их количества и последовательности с конкретными командами. Определение стратегической линии в проведении различных мероприятий в ходе официальных матчей.

Сбор информации о противнике. Разработка плана предстоящего матча. Управление командой в ходе матча. Установка и разбор игры. Анализ методических подходов к организации и проведению оперативной деятельности тренера при подготовке и проведении конкретного матча.

Современные подходы к системе управления подготовки хоккеистов высокой квалификации. Основные функции управления тренировочной деятельностью хоккеистов. Основные средства и методы управления тренировочной деятельностью хоккеистов. Виды управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Тема 4.4 Программирование процесса подготовки хоккеистов (6 часов)

Основная суть и значение процесса программирования в подготовке и выступлении хоккеистов. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов на несколько лет. Содержание программ и планов на годичный цикл. Технология разработки программ и планов.

Программирование как основная функция управления процессом подготовки хоккеистов высокой квалификации. Методические подходы к разработке комплексных целевых программ подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Технология разработки текущих и оперативных программ и планов. Основные требования, предъявляемые к планам.

Тема 4.5 Отбор хоккеистов на различных этапах подготовки (10 часов)

Организация и методика отбора. Изучение информации о рекомендуемых кандидатах. Наблюдения за кандидатами в ходе внутреннего чемпионата с оценкой наиболее важных игровых качеств и показателей кандидата. Росто-весовые показатели, стабильность игроков, физические кондиции, технико-тактическое мастерство, психическая устойчивость, агрессивность, взаимодействие с партнерами.

Особенности отбора кандидатов и комплектование юниорских молодежных команд (16-18 и 19-20 лет).

Тема 4.6 Скаутинг в России и в мире (6 часов)

Значение слова «скаутинг» и термина «разведка». История скаутинга. Скаутинг в России. Хоккейный скаутинг: предпосылки и появление профессиональных отечественных скаутов. Разновидности хоккейного скаутинга. Отличие скаутинга от агентской деятельности. Разведывательная служба в хоккейном клубе: место скаутинга в клубной структуре, характеристики хоккейного скаутинга, предигровая и внутренняя клубная разведки. Профессиональный и юниорский скаутинг. Технологии работы разведчика: метод экспертных оценок, сбор информации, работа скаута на драфте, рабочий скаута. Просмотр игры, анализ и оформление результатов просмотра. Проблемы и перспективы развития отечественной хоккейной разведки. Скаутские организации: центральное скаутское бюро НХЛ, международная скаутская служба, RinkNet, скаутская служба в России, скаутские и информационно-аналитические отделы клубов КХЛ, национальная скаутская ассоциация.

Перечень практических занятий раздела

№ раздела, темы дисциплины	Наименование практического занятия	Трудоемкость в часах
4.1	Составление микроцикла тренировки хоккеистов (работа по	2

	группам)	
4.1	Составление мезоцикла тренировки хоккеистов (работа по группам)	2
4.2	Разработка конспекта тренировочного занятия	2
4.3	Проведение разбора игры по видеозаписи (работа в группах)	2
4.3	Просмотр игры по видеозаписи и анализ деятельности тренера (дискуссия)	2
4.4	Составление программы подготовки хоккеистов (работа по группам)	4
4.5	Проведение тестирования детей с целью отбора	4
4.5	Анализ результатов тестирования для отбора хоккеистов (работа по группам)	2
4.6	Просмотр игры, составление рейтинга хоккеистов 16-18 лет (работа по группам)	4
	Всего	24

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Не предусмотрена учебным планом.

Формы и методы контроля знаний слушателей по разделу

Текущий контроль сформированности компетенций осуществляется путём устного опроса, выполнения практических работ.

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины осуществляется в форме зачета.

Примерные вопросы к зачету

1 Представьте структуру системы многолетней подготовки хоккеистов в нашей стране.

2 Раскройте структуру годичного цикла подготовки хоккеистов.

3 Перечислите задачи и раскройте содержание подготовительного периода подготовки хоккеистов.

4 Перечислите задачи и раскройте содержание соревновательного периода подготовки хоккеистов.

5 Раскройте задачи и содержание переходного периода подготовки хоккеистов.

6 Перечислите уровни тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации.

7 Охарактеризуйте микроструктуру тренировочного процесса хоккеистов.

8 Охарактеризуйте мезоструктуру тренировочного процесса хоккеистов.

9 Охарактеризуйте макроструктуру тренировочного процесса хоккеистов.

10 Раскройте особенности построения общеподготовительного этапа подготовки хоккеистов.

11 Раскройте особенности построения специально-подготовительного этапа подготовки хоккеистов.

12 Раскройте особенности построения соревновательного периода подготовки хоккеистов.

13 Раскройте организацию и методику отбора детей для занятий хоккеем.

14 Раскройте задачи отбора хоккеистов.

15 Перечислите фазы отбора хоккеистов.

16 Охарактеризуйте особенности отбора в юношеские, юниорские и молодежные команды.

17 Охарактеризуйте состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране.

18 Перечислите основные функции системы управления подготовки хоккеистов.

19 Раскройте уровни структуры системы подготовки хоккеистов.

20 Дайте определение программированию подготовки хоккеистов.

21 Дайте определение прогнозированию подготовки хоккеистов.

22 Дайте определение моделированию подготовки хоккеистов.

23 Охарактеризуйте значение контроля в подготовке хоккеистов.

24 Раскройте технологию разработки текущих и оперативных планов тренировочной работы с хоккеистами.

25 Охарактеризуйте стратегическое управление тренировочным процессом по хоккею.

26 Охарактеризуйте стратегическое управление соревновательной деятельностью хоккеистов.

27 Охарактеризуйте оперативное управление соревновательной деятельностью хоккеистов.

28 Опишите последовательность и технологию разработки плана предстоящего матча.

29 Раскройте технологию проведения установки на игру.

30 Раскройте технологию проведения разбора игры.

31 Охарактеризуйте виды контроля в системе подготовки хоккеистов.

32 Перечислите формы, методы и методики контроля за тренировочным процессом хоккеистов.

33 Перечислите формы, методы и методики контроля за соревновательной деятельностью хоккеистов.

34 Перечислите формы, методы и методики контроля за подготовленностью хоккеистов.

35 Раскройте особенности работы хоккейных скаутов.

36 Перечислите отличительные особенности работы хоккейных скаутов и агентов.

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по разделу

Основная литература:

1. Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

Дополнительная литература:

1. Азбука спорта «Хоккей» / А. Ю. Букатин, Ю. С. Лукашин. – М. : Физкультура и спорт. 2000. – 194 с.

2. Вайнбергер, Е. А. Методика подготовки хоккеистов : учеб.-метод. пособие для самостоятельной работы студентов 2-3 курсов / Е. А. Вайнбергер. – Челябинск : Уральская Академия, 2014. – 116 с.

3. Вайнбергер, Е. А. Основы многолетней подготовки хоккеистов : учеб.-практич. пособие для самостоятельной работы студентов 3-4 курсов / Е. А. Вайнбергер, А. В. Дегтярев. – Челябинск : Уральская Академия, 2014. – 106 с.

4. Жариков, Е. С. Психология управления в хоккее / Е. С. Жариков, А. С. Шигаев. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 183 с.

5. Ишматов, Р. Г. Подготовка хоккеистов в ДЮСШ и СДЮШОР : учеб.-метод. пособие / Р. Г. Ишматов, В. В. Шилов. – СПб. : СПбГУФК, 2008. – 78 с.

6. Карлышев, В. М. Теоретические и практические аспекты психологической подготовки хоккеистов : метод. указания для слушателей ВШТ по хоккею / В. М. Карлышев, С. П. Завитаев. – Челябинск : УралГУФК, 2010. – 68 с.

7. Колосков, В. И. Подготовка хоккеистов. Техническая подготовка: классификация техники, техника полевых игроков / В. И. Колосков, В. П. Климин // Вестник Федерации хоккея России. – М. : Человек, 2015. – № 1. – С. 67–73.

8. Кузнецов, Н. В. Вопросы организации тренировочного процесса в соревновательном периоде в хоккее / Н. В. Кузнецов // Научно-методический вестник Федерации хоккея России. – М. : Человек, 2015. – С. 7–12.

9. Михно, Л. В. Профессионализм игрока и тренера в хоккее : учеб.-метод. пособие / Л. В. Михно. – СПб. : СПбГУФК, 2008. – 51 с.

10. Молчанов, В. А. Физическая подготовка хоккеистов высокой квалификации в подготовительном периоде годичного макроцикла : метод. рек. / В. А. Молчанов ; УралГУФК. – Челябинск, 2005. – 60 с.

11. Мудрук, А. В. Диагностика и оценка способностей юных хоккеистов : учеб. пособие / А. В. Мудрук. – Омск : СибГУФК, 2005. – 36 с.

12. Никонов, Ю. В. Подготовка квалифицированных хоккеистов : учеб. пособие / Ю. В. Никонов. – Мн. : Асар, 2003. – 352 с.

13. Никонов, Ю. В. Подготовка юных хоккеистов : учеб. пособие / Ю. В. Никонов. – Мн. : Асар, 2008. – 319 с.

14. Петрушкина, Н. П. Комплексный контроль в системе управления подготовкой высококвалифицированных хоккеистов : учеб. пособие / Н. П. Петрушкина, Е. Ф. Сурина-Марышева, В. А. Пономарев. – Челябинск : УралГУФК, 2007. – 68 с.

15. Пономарев, В. А. Планирование физической подготовки хоккеистов в возрастном аспекте : учеб. пособие / В. А. Пономарев. – 2-е изд., доп. и перераб. – Челябинск : УралГУФК, 2011. – 52 с.

16. Программа ИИХФ «Учимся играть в хоккей». Ступень А : практ. руководство для тренеров / под общ. ред. Ю. В. Королева. – М. : Человек, 2012. – 84 с.

17. Программа ИИХФ «Учимся играть в хоккей». Ступень В : практ. руководство для тренеров / под общ. ред. Ю. В. Королева. – М. : Человек, 2012. – 84 с.

18. Программа ИИХФ «Учимся играть в хоккей». Ступень С : практ. руководство для тренеров / под общ. ред. Ю. В. Королева. – М. : Человек, 2012. – 84 с.

19. Программа ИИХФ «Учимся играть в хоккей». Ступень D : практ. руководство для тренеров / под общ. ред. Ю. В. Королева. – М. : Человек, 2012. – 84 с.

20. Психологические аспекты многолетней подготовки хоккеистов : учеб. пособие / В. М. Карлышев, А. В. Уфимцев, В. П. Деменьшин, И. Н. Алешин. – Челябинск : УралГУФК, 2010. – 102 с.

21. Савин, В. П. Теория и методика хоккея : учебник для студентов высших учебных заведений / В. П. Савин. – М. : Академия, 2003. – 400 с.

22. Савин, В. П. Хоккей : учебник для ин-тов физической культуры / В. П. Савин. – М. : Физкультура и спорт, 1990. – 320 с.

23. Твист, П. Хоккей : теория и практика : пер. с англ. / П. Твист: предисловие Павла Буре. – М. : АСТ : Астрель, 2006. – 288 с.

24. Хоккей : примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (этап спортивного совершенствования) / В. П. Савин, Г. Г. Удилов, Ю. В. Королев, В. С. Львов и др. – М. : Сов. Спорт, 2012. – 68 с.

25. Хоккей : программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва / В. П. Савин, Г. Г. Удилов, Ю. В. Королев, В. С. Львов и др. – М. : Сов. Спорт, 2012. – 101 с.

26. Чемберс, Д. Тренировочные занятия в хоккее : 446 упражнений для развития мастерства хоккеистов / Д. Чемберс ; пер с англ. В. Сизоненко. – К. : Олимпийская литература, 2010. – 360 с.

27. Черапкина, Л. П. Физиология спорта (на примере хоккея) : пособие / Л. П. Черапкина, В. Г. Тристан. – Омск : СибГУФК, 2006. – 80 с.

Другие информационные ресурсы:

В своей деятельности преподаватели и слушатель вправе воспользоваться:

– EBSCO – универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний – http://search.epnet.com

– электронным каталогом библиотеки вуза (http://www.elibrary.uralgufk.ac.ru);

– электронным каталогом Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc);

– сайтом научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» (http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/);

– сайтом научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/;

– научным порталом http://www.teoriya.ru;

– сайтом Ежедневные новости спорта, http://news.sportbox.ru;

– официальным сайтом Континентальной хоккейной лиги, www.khl.ru;

– официальным сайтом Федерации хоккея России, www.fhr.ru;

– официальным сайтом Международной Федерации хоккея, www.IIHF.ru;

№ п/п	Наименование учебных разделов, тем	Освоенные/ усовершенствованные компетенции	Должен знать	Должен уметь	Должен владеть (практический опыт)
1	Основы антидопингового обеспечения	ОПК-8	Содержание общероссийских и международных антидопинговых правил. Содержание списка запрещенных веществ и методов. Правила проведения допинг-контроля спортсменов, права и обязанности спортсмена. Содержание и принципы формирования биологического паспорта спортсмена. Особенности предоставления информации о местонахождении, разрешение на терапевтическое использование. Последствия применения допинга для здоровья и спортивной карьеры. Правила вынесения санкций по отношению к спортсмену, нарушившему антидопинговые правила, правила подачи апелляций. Риски применения пищевых добавок в спорте.	Анализировать информацию из антидопинговых организаций, статистических сборников, отчетных данных. Объяснить, что представляет собой нарушение антидопинговых правил, какова ответственность спортсмена и обслуживающего персонала. Объяснить, что такое Запрещенный список-2019, какова его структура и как он создается. Объяснить последствия применения допинга для здоровья и спортивной карьеры. Объяснить, как создаются пулы тестирования, что такое разрешение на терапевтическое использование. Объяснить правила допинг-контроля при заборе и первичном исследовании проб крови и мочи, права и обязанности спортсмена.	Способностью воспитывать у спортсменов моральные принципы честной спортивной конкуренции
2	Психологические аспекты	ОПК-1, ОПК-9	– теоретические основы	– применять техники	– техниками регуляции

	спортивной деятельности		работы с предстартовыми состояниями; – структуру самооценки спортсмена.	оперативной регуляции предстартовых состояний; – диагностировать уровень самооценки спортсмена.	предстартовых состояний; – техниками и приемами оптимизации и стабилизации самооценки.
3	Физиологические аспекты спортивной тренировки в хоккее	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-9	– основные закономерности и механизмы адаптации к различным физическим (мышечным) нагрузкам; – закономерности и механизмы формирования и увеличения функциональных резервов организма при различных видах физических нагрузок; – физиологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся физической культурой и спортом; – физиологические основы тренировки в детско-юношеском спорте; – физиологические методы контроля функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом.	– использовать накопленные знания для контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; – учитывать знания физиологии спорта при планировании различных форм занятий физической культурой в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся различного пола и возраста; – учитывать возрастные и морфофункциональные особенности занимающихся различного пола, уровень их физической и специальной физической подготовленности, состояние здоровья при выборе приемов обучения и воспитания, форм занятий и методов, адекватных	– практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами спорта. – практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами оздоровительной физической культуры. – навыками рационального использования учебно-лабораторного и специального оборудования, современной компьютерной техники;

				поставленным задачам; – определять функциональное состояние, уровень физического развития и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития.	– методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности.

4	Теория и методика хоккея	ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-9,	– методику спортивной подготовки в избранном виде спорта, основные положения дидактики, теории и методики физической культуры и требования стандартов спортивной подготовки; – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов в избранном виде спорта; – систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся; – основные положения и виды планирования, структуру учебных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; – актуальные для	– проводить тренировочные занятия в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки; – ориентироваться в вопросах эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ в избранном виде спорта; – реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; – разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; – применять методики спортивного массажа; – использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию;	– методиками спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки; – методикой отбора в избранном виде спорта; – основные положения и виды планирования, структуру учебных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; – навыками написания необходимой документации планирования в своей профессиональной деятельности, составления учебных планов и программ конкретных занятий; – актуальными для избранного вида спорта технологиями

			избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, методы педагогического контроля и коррекции.		управления состоянием человека, методиками педагогического контроля и коррекции.

4 Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Итоговый контроль проводится в виде зачета (тестирования), выполнения и защиты реферата и оценки сформированности следующих компетенций.

– способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);

– способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2);

– способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК-4);

– способен проводить работу по предотвращению применения допинга (ОПК-8);

– способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (ОПК-9).

Для получения зачета слушатель должен ответить на один из вариантов тестов, выполнить и защитить реферат по одной из предложенных тем.

Оценка уровня освоения программ осуществляется аттестационной комиссией по двухбалльной («зачтено», «не зачтено»).

Примерная тематика рефератов

1 Характеристика динамики видов подготовки (физической, технической, тактической и соревновательной) спортсменов в ИВС.

2 Способы регистрации соревновательной деятельности спортсменов в ИВС.

3 Педагогический контроль в системе подготовки спортсменов в ИВС.

4 Особенности построения и виды микроциклов.

5 Особенности построения и виды мезоциклов.

6 Особенности построения общеподготовительного этапа подготовки спортсменов в ИВС.

7 Особенности построения специально-подготовительного этапа подготовки спортсменов в ИВС.

8 Особенности построения соревновательного периода подготовки спортсменов в ИВС.

9 Особенности построения переходного периода подготовки спортсменов в ИВС.

10 Структура многолетнего цикла подготовки спортсменов в ИВС.

11 Методика организации и проведения занятий со спортсменами в ИВС.

12 Особенности отбора кандидатов и комплектования сборных молодежных команд.

13 Технология разработки программ и планов тренировочной работы на годичный цикл подготовки юниоров и спортсменов в ИВС.

14 Структура и содержание комплексного контроля подготовки спортсменов в ИВС.

15 Современные подходы к регистрации и оценке соревновательной деятельности спортсменов в ИВС.

16 История скаутинга в мире и в России.

17 Хоккейный скаутинг: предпосылки и появление профессиональных отечественных скаутов.

18 Профессиональный и юниорский скаутинг.

Требования к офомлению реферату:

– объем: не менее 10 стр.;
– формат бумаги А4;
– поля: сверху и снизу – 20 мм, слева – 30 мм, справа – 15 мм;
– шрифт – кегль 14, оформление таблиц – 12-14 кегль, название реферата – 16 кегль; гарнитура «Times New Roman»;
– выравнивание по ширине страницы;
– межстрочный интервал – полуторный;
– первая строка абзаца – 1,25 см.

Тестовые задания
Вариант № 1

Вопрос 1. В подготовительном периоде закладывается:
Варианты ответов:
а) прочная функциональная база для подготовки к соревнованиям;
б) обеспечивается становление морально-волевых качеств хоккеиста;
в) наигрываются составы, тройки и пары;
г) отрабатывают тактические схемы команды.

Вопрос 2. Микроцикл – это:
Варианты ответов:
а) малый цикл тренировки, чаще всего двухнедельной продолжительности;
б) малый цикл тренировки, чаще всего недельной продолжительности, от 2-3 и более занятий;
в) малый цикл, от 2-3 дней занятий;
г) средний цикл, продолжительностью занятий до 1 месяца.

Вопрос 3. Оперативный контроль проводится:
Варианты ответов:
а) для срочной оценки тренировочного упражнения или серии;
б) для оценки состояния спортсмена после проведения одного или серии занятий;
в) для оценки устойчивых состояний спортсмена и кумулятивного тренировочного эффекта, проводится в конце конкретного этапа;
г) для оценки состояния спортсмена после соревновательного этапа.

Вопрос 4. Соревновательная деятельность хоккеистов определяется:
Варианты ответов:
а) тестированием по общей физической подготовке;
б) тестированием по специальной физической подготовке;
в) фиксацией игрового времени в течение соревновательного периода;
г) игровыми показателями гол + пас, кол-во игр, показатель +/ - .

Вопрос 5. Постройте правильную последовательность изменения зон работоспособности спортсмена на отдельном ТЗ.
Варианты ответов:
а) зона врабатываемости;
б) зона предрабочих сдвигов;
в) зону относительно устойчивого состояния работоспособности;
г) зону снижения работоспособности.

Вопрос 6. Вам необходимо оценить уровень развития скоростных качеств у хоккеистов 13-14 лет. Какой тест Вы примените?

Варианты ответов:
а) бег 200 м;
б) бег 500 м;
в) челночный бег;
г) бег 60 м.

Вопрос 7. Вам необходимо оценить, как переносит нагрузку на ТЗ хоккеист 12 лет. Что Вы будете делать?

Варианты ответов:
а) проведете тестирование;
б) визуально определите;
в) измерите ЧСС;
г) спросите у хоккеиста.

Вариант № 2

Вопрос 1. Краткая структура годичного макроцикла подготовки хоккеистов (периодизация):

Варианты ответов:
а) общеподготовительный период, специально-подготовительный период, соревновательный период;
б) подготовительный период, соревновательный период, переходный период;
в) «земельный» период, «ледовый» период, соревновательный период;
г) подготовительный период, специально-подготовительный период, специально-соревновательный и соревновательный периоды.

Вопрос 6. Вам необходимо оценить уровень развития силовых качеств у хоккеистов 17-18 лет. Какой тест Вы примените?

Варианты ответов:
а) подтягивание на перекладине;
б) прыжок в длину с места;
в) бросок набивного мяча;
г) пятикратный прыжок.

Вопрос 3. Текущий контроль предназначен:

Варианты ответов:
а) для срочной оценки тренировочного упражнения или серии;
б) для оценки состояния спортсмена после проведения одного или серии занятий;
в) для оценки устойчивых состояний спортсмена и кумулятивного тренировочного эффекта, проводится в конце конкретного этапа;
г) для оценки состояния спортсмена после соревновательного этапа.

Вопрос 4. Перспективное планирование – это:

Варианты ответов:
а) планирование на 1 год с учетом соревнований;
б) планирование на 4 года с учетом результатов прошедшего сезона;
в) планирование на месяц, неделю и одно занятие;
г) планирование на соревновательном этапе.

Вопрос 5. Приборы измерения при тестировании уровня ОФП и СФП:

Варианты ответов:
а) протокол, рулетка, тахометр;
б) протокол, секундомер, тахометр;
в) секундомер, рулетка;
г) тахометр, секундомер.

Вопрос 6. Выберите ниже перечисленные фазы микроцикла и распределите их так, как они повторяются в его структуре.

Варианты ответов:
а) адаптационная фаза;
б) ударная фаза;
в) кумуляционная фаза;
г) фаза восстановления.

Вопрос 7. Вам необходимо оценить, насколько восстановились хоккеисты после пробегания отрезка 60 м. Что Вы будете делать?

Варианты ответов:
а) в упражнении время отдыха строго нормировано;
б) визуально определите;
в) измерите ЧСС;
г) спросите у хоккеиста.

Вариант № 3

Вопрос 1. Что является основным фактором, определяющим структуру годичного цикла тренировки хоккеистов?

Варианты ответов:
а) объективная закономерность развития спортивной формы;
б) календарь соревнований;
в) состояние здоровья спортсменов;
г) функциональное состояние спортсменов.

Вопрос 2. Этапный контроль предназначен:

Варианты ответов:
а) для срочной оценки тренировочного упражнения или серии;
б) для оценки состояния спортсмена после проведения одного или серии занятий;
в) для оценки устойчивых состояний спортсмена и кумулятивного тренировочного эффекта, проводится в конце конкретного этапа;
г) для оценки состояния спортсмена после соревнований

Вопрос 3. Различают следующие типы мезоциклов:

Варианты ответов:
а) ударный, соревновательный, подготовительный, основной;
б) втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный;
в) тренировочный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный;
г) втягивающий, ударный, восстановительный, основной, соревновательный.

Вопрос 4. Вам необходимо провести раскатку хоккеистов 15-16 лет перед игрой. Какие упражнения Вы выберите?

Варианты ответов:

а) ускорения, челноки, передачи, буллиты, упражнения 1-0, 2-0, 5-4;

б) упражнения 1-0, 2-1, 3-1, 3-2, броски, буллиты, ускорения;

в) упражнения в парах, тройках, пятерках, индивидуальные задания, броски, буллиты, движения по линиям;

г) ОРУ, ОФП, СФП, бег, акробатику.

Вопрос 5. Соревновательный период определяется:

Варианты ответов:

а) календарем официальных соревнований;

б) наличием высококвалифицированных игроков;

в) финансовыми возможностями клуба;

г) функциональной подготовкой команды.

Вопрос 6. Выберите ниже представленные виды занятий и постройте их в последовательности, в которые они должны проводиться в соревновательном микроцикле с однодневным интервалом.

Варианты ответов:

а) предсоревновательное;

б) восстанавливающее;

в) развивающее;

г) поддерживающее.

Вопрос 7. Хоккеисты выполняют упражнение «большой челнок». Вы видите, что они значительно снизили скорость выполнения задания. Как Вы будете действовать в этой ситуации?

Варианты ответов:

а) продолжите выполнение упражнения;

б) накажите хоккеистов;

в) измерите ЧСС;

г) остановите выполнение упражнения.

Вариант № 4

Вопрос 1. Планирование тренировочной и соревновательной нагрузки на год называется:

Варианты ответов:

а) индивидуальным;

б) текущим;

в) перспективным;

г) оперативным.

Вопрос 2. Содержание и длительность мезоциклов подготовительного периода зависят от следующих факторов:

Варианты ответов:

а) календаря соревнований, поставленных задач на сезон; состояния здоровья; уровня подготовленности спортсменов; материально-технического обеспечения;

б) календаря спортивно-массовых мероприятий; условий тренировки, состояния спортсменов;

в) общей продолжительности подготовительных периодов и календаря спортивно-массовых мероприятий; возраста, квалификации, стажа спортсменов; условий тренировки и других факторов;

г) календаря соревнований, поставленных задач на сезон; состояния здоровья; уровня подготовленности спортсменов; материально-технической бызы команды; финансирования.

Вопрос 3. Основой периодизации тренировки являются:

Варианты ответов:

а) фазы развития спортивной формы;

б) функциональное состояние игроков;

в) уровень подготовленности игроков;

г) функциональное состояние игроков, физическая и техническая подготовленность.

Вопрос 1. Спортивная тренировка – это:

Варианты ответов:

а) педагогический процесс всестороннего физического воспитания, направленный на достижение высоких спортивных результатов;

б) основная форма физической подготовки спортсмена;

в) это управляемый процесс, цель которого состоит в том, чтобы посредством планомерного и систематического воздействия на занимающихся подвести их к высокой технической готовности;

г) основная форма (способ осуществления) технико-тактической подготовки спортсмена.

Вопрос 5. Вам нужно определить двигательную плотность ТЗ. Какой метод Вы будете использовать?

Варианты ответов:

а) педагогические наблюдения;

б) метод компьютерной диагностики;

в) хронометрирование;

г) тестирование.

Вопрос 6. Выберите ниже представленные виды занятий и постройте их в последовательности, в которые они должны проводиться в соревновательном микроцикле с двухдневным интервалом.

Варианты ответов:

а) предсоревновательное;

б) восстанавливающее;

в) развивающее;

г) поддерживающее.

Вопрос 7. Мезоцикл – это:

Варианты ответов:

а) средний тренировочный цикл продолжительностью до полугода, включающий относительно законченный ряд микроциклов;

б) средний тренировочный цикл продолжительностью от 2 до 6 недель, включающий относительно законченный ряд микроциклов;

в) большой средний цикл, включающий в себя большую часть подготовительного периода;

г) межсезонный этап подготовки, включающий в себя переходный период между 1 и 2 соревновательными циклами.

Вариант № 5

Вопрос 1. Спортивная тренировка – это:

Варианты ответов:

а) педагогический процесс всестороннего физического воспитания, направленный на достижение высоких спортивных результатов;

б) основная форма физической подготовки спортсмена;

в) это управляемый процесс, цель которого состоит в том, чтобы посредством планомерного и систематического воздействия на занимающихся подвести их к высокой технической готовности;

г) основная форма (способ осуществления) технико-тактической подготовки спортсмена.

Вопрос 2. Мезоцикл – это:

Варианты ответов:

а) средний тренировочный цикл, включающий относительно законченный ряд микроциклов;

б) средний тренировочный цикл продолжительностью от 2 до 6 недель, включающий относительно законченный ряд микроциклов;

в) большой средний цикл, включающий в себя большую часть подготовительного периода;

г) межсезонный этап подготовки, включающий в себя переходный период между 1 и 2 соревновательными циклами.

Вопрос 3. Текущее планирование – это:

Варианты ответов:

а) планирование на 4 года с учетом результатов прошедшего сезона;

б) планирование на месяц, неделю и одно занятие;

в) планирование на соревновательном этапе.

г) планирование на 1 год с учетом соревнований.

Вопрос 4. Процесс развития состояния спортивной формы протекает в порядке последовательной смены следующих фаз:

Варианты ответов:

а) приобретения, относительной стабилизации, временной утраты;

б) приобретения, стабилизации, утраты;

в) получения, стабильности, угнетения;

г) приобретения, повышения, временной потери.

Вопрос 5. Выберите ниже представленные виды занятий и постройте их в последовательности, в которые они должны проводиться в соревновательном микроцикле с трехдневным интервалом.

Варианты ответов:

а) предсоревновательное;

б) восстанавливающее;

в) развивающее;

г) поддерживающее.

Вопрос 6. Хоккеисты выполняют упражнение «большой челнок». Вы видите, что они значительно снизили скорость выполнения задания. Как Вы будете действовать в этой ситуации?

Варианты ответов:

а) продолжите выполнение упражнения;

б) накажите хоккеистов;

в) измерите ЧСС;
г) остановите выполнение упражнения.

Вопрос 7. Время разминки необходимо увеличить.....

Варианты ответов:
а) в жаркую погоду;
б) в зале;
в) в прохладную погоду;
г) перед игрой.

Вариант № 6

Вопрос 1. Подготовительный период подготовки хоккеистов приходится на:

Варианты ответов:
а) май, июнь, июль;
б) май, июнь, июль, август;
в) июль, август;
г) август, сентябрь.

Вопрос 2. Макроцикл – это:

Варианты ответов:
а) средний тренировочный цикл продолжительностью до полугода, включающий относительно законченный ряд микроциклов;
б) большой тренировочный цикл типа полугодичного (в отдельных случаях 3-4 месяца), годичного, многолетнего, связанный с развитием, стабилизацией и временной утратой спортивной формы и включающий законченный ряд периодов, этапов, мезоциклов;
в) большой средний цикл, включающий в себя большую часть подготовительного периода;
г) межсезонный этап подготовки, включающий в себя переходный период между 1 и 2 соревновательными циклами.

Вопрос 3. Этапный контроль:

Варианты ответов:
а) контроль, проводящийся на 1 и 2 этапах подготовительного периода и переходном этапе соревновательного периода;
б) контроль за игровой деятельностью в течение сезона;
в) контроль за ОФП и СФП в подготовительном периоде;
г) контроль за физическим состоянием хоккеиста после соревнований.

Вопрос 5. Части тренировочные занятия строятся следующим образом:

Варианты ответов:
а) подготовительная, заключительная, основная;
б) основная, подготовительная, заключительная;
в) заключительная, подготовительная, основная;
г) подготовительная, основная, заключительная.

Вопрос 5. На специально-подготовительном этапе доля технической подготовки составляет___занятий.

Варианты ответов:
а) 18-20 %;

б) 25-30 %;
в) 20-25 %;
г) 15-20 %.

Вопрос 6. Выберите нужные варианты и распределите нагрузку разной направленности дневного занятия в структуре микроцикла на специально-подготовительном этапе (понедельник-воскресенье).

Варианты ответов:
а) аэробно-анаэробная;
б) анаэробно-гликолитическая;
в) анаэробно-алактатная;
г) аэробная.
д) активный отдых

Вопрос 7. Вам необходимо определить время, затраченное хоккеистом на выполнение упражнения. Какой метод Вы выберете?

Варианты ответов:
а) хронометрирование;
б) педагогические наблюдения;
в) тестирование;
г) метод компьютерной диагностики.

Вариант № 7

Вопрос 1. Переходный период в годичном цикле подготовки хоккеистов приходится на:

Варианты ответов:
а) апрель-май;
б) май-июнь;
в) июнь-август;
г) апрель-июль.

Вопрос 2. На общеподготовительном этапе доля технической подготовки составляет_____занятий.

Варианты ответов:
а) 25-30 %;
б) 18-20 %;
в) 20-25 %;
г) 10-12 %.

Вопрос 3. Методика обучения – это:

Варианты ответов:

а) система методов, методических приемов, упражнений, направленных на достижение наибольшего эффекта в процессе спортивного совершенствования;

б) совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование;

в) совокупность средств, методов и методических приемов, а также материально-пространственной сферы для разрешения задач обучения;

г) совокупность методов и методических приемов для достижения высоких спортивных результатов.

Вопрос 4. Оперативное планирование – это:
Варианты ответов:
а) планирование на 4 года с учетом результатов прошедшего сезона;
б) планирование на 1 год с учетом соревнований;
в) планирование на месяц, неделю и одно занятие;
г) планирование на соревновательном этапе.

Вопрос 5. Виды контроля за физической подготовкой хоккеистов:
Варианты ответов:
а) самостоятельный, оперативный, текущий;
б) специальный, оперативный, текущий;
в) этапный, оперативный, текущий;
г) общий, этапный, текущий.

Вопрос 6. Выберите нужные варианты и распределите нагрузку разной направленности дневного занятия в структуре базового развивающего мезоцикла на общеподготовительном этапе (понедельник-воскресенье).
Варианты ответов:
а) аэробно-анаэробная;
б) анаэробная;
в) анаэробно-алактатная;
г) аэробная.
д) активный отдых

Вопрос 7. Макроцикл – это:
Варианты ответов:
а) средний тренировочный цикл продолжительностью до полугода, включающий относительно законченный ряд микроциклов;
б) большой тренировочный цикл типа полугодичного (в отдельных случаях 3-4 месяца), годичного, многолетнего, связанный с развитием, стабилизацией и временной утратой спортивной формы и включающий законченный ряд периодов, этапов, мезоциклов;
в) большой средний цикл, включающий в себя большую часть подготовительного периода;
г) межсезонный этап подготовки, включающий в себя переходный период между 1 и 2 соревновательными циклами.

Вариант № 8

Вопрос 1. Виды контроля за подготовленностью хоккеистов:
Варианты ответов:
а) самостоятельный, оперативный, текущий;
б) специальный, оперативный, текущий;
в) этапный, оперативный, текущий;
г) общий, этапный, текущий.

Вопрос 2. Последовательность действий при разработке плана:
Варианты ответов:
а) сбор, анализ информации, составление плана, анализ результатов, внесение корректив, составление нового плана;
б) сбор информации, анализ информации, прогнозирование результатов деятельности, формирование плана, внесение корректив;
в) подготовка, разработка плана, внесение корректив;
г) сбор информации, анализ информации, составление плана, внесение корректив.

Вопрос 3. Виды планирования в хоккее:
Варианты ответов:
а) многолетнее, на сезон, на игру;
б) на день, на УТЗ, на игру;
в) индивидуальное, перспективное, текущее, оперативное;
г) индивидуальное и командное.

Вопрос 4. Какой период тренировочного процесса обычно отличается наибольшим объемом тренировочной нагрузки и постепенным ростом интенсивности?
Варианты ответов:
а) подготовительный;
б) соревновательный;
в) основной;
г) переходный.

Вопрос 5. Соревновательный период соответствует фазе:
Варианты ответов:
а) приобретения спортивной формы;
б) стабилизации спортивной формы;
в) повышения спортивной формы;
г) накопления спортивной формы.

Вопрос 6. Выберите нужные варианты и распределите нагрузку разной направленности в структуре первого микроцикла подготовительного периода (понедельник-воскресенье).
Варианты ответов:
а) аэробно-анаэробная;
б) анаэробная;
в) анаэробно-алактатная;
г) аэробная.
е) отдых

Вопрос 7. Вам необходимо получить письменную и устную информацию респондентов. Выберите методы, с помощью которых Вы можете это сделать.

Варианты ответов:

а) хронометрирование, беседы;

б) анкетирование, интервью, беседы;

в) педагогические наблюдения, беседы, интервью;

г) изучение литературных источников, беседы, интервью, анализ.

Вариант № 9

Вопрос 1. Совокупность методических и организационно-методических установок, определяющих на конкретный отрезок времени конкретные задачи, подбор, компоновку и порядок задействования наиболее целесообразных средств, методов, организационных форм, составление конкретной тренировочной документации, называется:

Варианты ответов:

а) планированием;

б) комплексным контролем;

в) документом планирования;

г) планом.

Вопрос 2. Для какого периода характерны меньший объем нагрузок и максимальная ее интенсивность?

Варианты ответов:

а) для подготовительного;

б) для соревновательного;

в) для переходного периода;

г) для всех периодов.

Вопрос 3. Вы хотите измерить основные антропометрические показатели хоккеистов группы. Какие показатели Вы будете измерять?

Варианты ответов:

а) рост, вес, длину конечностей, размер груди, талии;

б) размер тела, плеча, бедра, стопы, рост, вес, длину рук;

в) вес, рост, длину конечностей, рост сидя, длину стопы;

г) рост, массу тела, окружность грудной клетки, силу кистей.

Вопрос 4. Документы текущего процесса подготовки спортсменов:

Варианты ответов:

а) учебный план, учебная программа, многолетний план подготовки спортсменов;

б) план-конспект тренировочного занятия, план подготовки к отдельному соревнованию;

в) план-график годичного цикла, план подготовки команды на год;

г) дневник самоконтроля.

Вопрос 5. Основные задачи соревновательного периода:

Варианты ответов:

а) сохранение функционального состояния на протяжении всего периода;

б) сохранение и дальнейшее повышение достигнутого уровня специальной подготовленности и возможно более полное использование его в главных соревнованиях;

в) сохранение и повышение уровня технической подготовленности;

г) перестройка работоспособности в соответствии со спецификой соревновательной деятельности.

Вопрос 6. Ниже представлены виды микроциклов. Распределите их в последовательности, в которой они должны быть в структуре предсоревновательного этапа подготовки хоккеистов.

Варианты ответов:

а) ординарный;
б) подводящий;
в) предсоревновательный;
г) ударный.

Вопрос 7. Вам необходимо провести педагогические наблюдения за хоккеистом во время игры. Какие методы Вы выберете?

Варианты ответов:
а) хронометрирование, просмотр;
б) протоколирование, видеосъемку;
в) словесное описание, экспертную оценку, беседу;
г) анализ соревновательной деятельности, математические методы.

Вариант № 10

Вопрос 1. Собственно-тренировочные микроциклы по признаку преимущественной направленности их содержания подразделяются на:

Варианты ответов:

а) общеподготовительные и специально-подготовительные;

б) общеподготовительные и соревновательные;

в) специально-подготовительные и соревновательные;

г) восстановительные и специально-подготовительные.

Вопрос 2. Какой принцип не является специфическим принципом спортивной тренировки?

Варианты ответов:

а) направленность к высшим достижениям;

б) чередование тренировочного и соревновательного процессов;

в) единство общей и специальной подготовки;

г) цикличность тренировочного процесса.

Вопрос 3. Какого документа следует придерживаться при составлении плана-конспекта урока ТЗ?

Варианты ответов:

а) программы;

б) годового графика;

в) плана ТЗ на месяц;

г) можно составить план-конспект без документов планирования.

Вопрос 4. С помощью какого теста можно определить работоспособность спортсмена?

Варианты ответов:

а) PWC170;

б) клиноортостатическая проба;

в) проба Летунова;

г) тест Купера.

Вопрос 5. К основным функциям управления спортивной тренировкой относятся:

Варианты ответов:

а) программирование;

б) реализация программ и планов;

в) контроль за ходом тренировочного процесса;

г) все варианты верны.

Вопрос 6. Ниже представлены виды микроциклов. Распределите их в последовательности, в которой они должны быть в структуре общеподготовительного этапа подготовки хоккеистов.

Варианты ответов:

а) ординарный;

б) разгрузочно-восстановительный;

в) предсоревновательный;

г) ударный.

Вопрос 7. Вы хотите определить уровень физической подготовленности хоккеистов группы. Какие показатели Вы будете учитывать?

Варианты ответов:

а) рост, вес, результаты соревновательной деятельности, данные тестирования;

б) состояние здоровья, уровень развития физических качеств, результаты контрольных нормативов;

в) физическое развитие, результаты тестирования, активность игровой деятельности;

г) результаты тестирования, показатели соревновательной деятельности.

5 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация образовательной программы повышения квалификации обеспечена научно-педагогическими кадрами, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора имеющими базовое образование соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимаются научной и научно-методической деятельностью.

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, составляет не менее 70 процентов.

Доля научно-педагогических работников, имеющих ученую степень и ученое звание, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, составляет не менее 70 процентов.

К реализации дополнительной образовательной программы привлекаются преподаватели, имеющие: ученые степени кандидатов и докторов наук, ученые звания доцентов и профессоров, государственные почетные звания: «Заслуженный тренер России», «Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации», спортивные звания (ЗМС, МСМК, МС); лауреаты государственных премий в сфере физической культуры и спорта.

№ п/п	Наименование раздела	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность
1	Основы антидопингового обеспечения	Кулешова Марина Валерьевна	Кандидат биологических наук	Кафедра биохимии УралГУФК, доцент
2	Психологические аспекты спортивной деятельности	Романова Наталья Николаевна	Кандидат педагогически наук, доцент.	Кафедра безопасности жизнедеятельност и УралГУФК, доцент
3	Физиологические аспекты спортивной тренировки в хоккее	Петрушкина Надежда Петровна	доктор медицинских наук, старший научный сотрудник	Кафедра физиологии УралГУФК, заведующая кафедрой
4	Теория и методика хоккея	Григоркин Сергей Михайлович	Заслуженный тренер России	Кафедра теории и методики хоккея и футбола УралГУФК, доцент

		Дегтярев Александр Владимирович	Отличник физической культуры	Кафедра теории и методики хоккея и футбола УралГУФК, директор ВШТ по хоккею, доцент
		Каменев Олег Ренатович		Кафедра теории и методики хоккея и футбола УралГУФК, заместитель директора ВШТ по хоккею, старший преподаватель

6 Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Ученая степень, звание ФИО составителей программы:

ст. преподаватель Каменев О. Р..

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Теории и методики хоккея и футбола протокол № 10 от «10» июня 201__г.

Заведующий кафедрой теории и методики хоккея и футбола
кандидат педагогических наук, доцент Р. Х. Аминов

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕЕ» рассмотрена на заседании методического совета ФГБОУ ВО «УралГУФК» и рекомендована к реализации в Высшей школе тренеров по хоккею МРЦПК и ППК ФГБОУ ВО «УралГУФК» решением от «16» июня 201__г. протокол № 10

Председатель методического совета,
Проректор по учебно-воспитательной работе,
Кандидат биологических наук, доцент
Окишор Александр Васильевич