

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.11.2 Основы детско-юношеского спорта

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль/направленность/специализация: Физкультурное образование и БЖД

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2018

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, доцент Загузова Светлана Александровна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Пед
Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «17» дек:
Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Про

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1 Цели и задачи дисциплины..... | 4 |
| 2 Место дисциплины в структуре ОП бакалавра..... | 4 |
| 3 Объем и содержание дисциплины..... | 4 |
| 4 Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства..... | 6 |
| 5 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)..... | 10 |
| 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины..... | 11 |
| 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональны | 11 |

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-4 Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные педагогические технологии, осн

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоени
- педагогический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

| Обобщенные трудовые | Код и наименование к | Индикаторы достижения комп |
|---------------------------|--------------------------|---|
| - А/01.6 Общепедагогичес | ПК-4 Способен разрабатыв | Разрабатывает и осуществляет образовательный процес |
| - А/03.6 Развивающая деят | | |

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-4 Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные педагогические

| № п/п | Наименование дисциплины | Форма обучения | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|------------------------------|--------------------|---|---|---|---|---|----|---|----------------------|---|---|---|---|---|----|--|
| | | Очная (семестр) | | | | | | | | Заочная (семестр) | | | | | | | |
| | | 2 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 | |
| 1 | Научно-методическая | | | | | | + | + | | | | | | | + | + | |
| 2 | Ознакомительная практика | + | + | | | | | | | + | + | + | + | | | | |
| 3 | Основы спортивной тренировки | | | | | | | + | | | | | | | | + | |
| 4 | Педагогическая практика | | | + | + | + | + | | | | | + | + | + | + | | |
| 5 | Спортивная метрология | | | | | | + | + | | | | | | | + | + | |

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Основы детско-юношеского спорта» относится к части, формируемой участниками обр:

Дисциплина «Основы детско-юношеского спорта» изучается в 10 семестре.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

Заочная: 3 з.е.

| Вид учебной работы | Очная (всего ча | Заочная (всего ча |
|--------------------------------------|--------------------|----------------------|
| Общая трудоёмкость дисциплины | 108 | 108 |
| Контактная работа | 32 | 10 |
| Лекции (Лекции) | 16 | 6 |
| Практические (Практ. раб.) | 16 | 4 |
| Самостоятельная работа (СР) | 40 | 89 |
| Экзамен | 36 | 9 |

3.2. Содержание курса:

| № темы | Название ра | Вид учебной раб | | | | | | Формы теку |
|-----------|-------------|-----------------|---|-------|---|----|---|------------|
| | | Лекци | | Практ | | СР | | |
| | | О | З | О | З | О | З | |

| 10 семестр | | | | | | | | |
|------------|---------------------|---|-----|---|---|---|----|-------------|
| 1 | Определение спортив | 2 | 0,5 | - | - | 4 | 10 | Опрос |
| 2 | Воспитание и обуче | 4 | 0,5 | - | - | 4 | 10 | Опрос |
| 3 | Возрастная периоди | 4 | 1 | - | - | 4 | 10 | Опрос; Докл |
| 4 | Организация заняти | 4 | 2 | - | - | 4 | 11 | Опрос |
| 5 | Контроль и коррекц | 2 | 2 | - | - | 4 | 12 | Опрос; Докл |
| 6 | Теория спортивного | - | - | 4 | 1 | 4 | 12 | Опрос |
| 7 | Организационные и | - | - | 6 | 1 | 8 | 12 | Опрос |
| 8 | Планирование, конт | - | - | 6 | 2 | 8 | 12 | Опрос |

Тема 1. Определение спортивных способностей и одаренности. (ПК-4)

Лекция.

Структура спортивных способностей и одаренности. Спортивные способности различных типологиче

Практическое занятие.

не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Методика определения спортивного развития при спортивном отборе.
2. Тестирование и оценка спортивных способностей
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 2. Воспитание и обучение юного спортсмена (ПК-4)

Лекция.

Особенности воспитания развивающейся личности в спорте. Содержание средств и методов нравстве

Практическое занятие.

не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Средства и методы обучения воспитания физических способностей.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 3. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок. (ПК-4)

Лекция.

Основы возрастной периодизации тренировочных нагрузок. Начальная спортивная подготовка. Предв

Практическое занятие.

не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Содержание системы многолетней спортивной подготовки.
2. Современные требования к профессиональной деятельности педагога, работающего с детьми, подр
3. Технология планирования тренировочных нагрузок.
4. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 4. Организация занятий и режима жизни юного спортсмена (ПК-4)

Лекция.

Методика организации учебно-тренировочного занятия. Организация режима жизни и деятельности ю

Практическое занятие.

не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Игровая спортивная тренировка.
2. Круговая спортивная тренировка.
3. Дневной режим и питание юного спортсмена.

4. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 5. Контроль и коррекция спортивной подготовки (ПК-4)

Лекция.

Перспективные планы спортивной тренировки, годичный план подготовки, оперативное планирование

Практическое занятие.

не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Педагогическое наблюдение.
2. Тестирование спортивной подготовленности.
3. Определение особенностей биологического и физического развития..
4. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 6. Теория спортивного отбора (ПК-4)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Индивидуальные способности и выбор занятий спортом. Психофизиологические предпосылки развития

Задания для самостоятельной работы.

1. Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 7. Организационные и программно-нормативные основы детско-юношеского спорта (ПК-4)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Программно-методические и нормативно-правовые основы функционирования системы подготовки к

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучить программно-методические основы системы подготовки юных спортсменов
2. Изучить нормативно-правовые основы функционирования системы подготовки юных спортсменов.
3. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 8. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов. (ПК-4)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Текущий контроль. Оперативный контроль. Итоговый контроль. Система комплексного контроля. Пед

Задания для самостоятельной работы.

1. Комплексный контроль в спортивной подготовке.
2. Углубленное изучение материалов темы.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

10 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 40 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый

- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

| № т мы | Название т | Формы | Мах. ко | Методика проведения занятия и оце |
|-----------|------------------|---|---------|--|
| 1. | Определени | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 2. | Воспитани | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 3. | Возрастная | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| | | Доклад, контроль ный срез(конт рольный срез) | 10 | 10 баллов – в докладе тема раскрыта полностью, доклад построен 8 баллов тема раскрыта полностью, доклад выстроен грамотно, на 6 баллов тема раскрыта частично, доклад выстроен только по слай 4 балла – тема раскрыта частично, доклад только по слайдам, на в 2 балла тема практически не раскрыта, на поставленные вопросы 0 баллов – доклад не представлен |
| 4. | Организаци | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 5. | Контроль и | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| | | Доклад, контроль ный срез(конт рольный срез) | 10 | 10 баллов – в докладе тема раскрыта полностью, доклад построен 8 баллов тема раскрыта полностью, доклад выстроен грамотно, на 6 баллов тема раскрыта частично, доклад выстроен только по слай 4 балла – тема раскрыта частично, доклад только по слайдам, на в 2 балла тема практически не раскрыта, на поставленные вопросы 0 баллов – доклад не представлен |
| 6. | Теория сп | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 7. | Организацион | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 8. | Планировани | Опрос | 5 | 5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не |
| 9. | Посещаемость | | 10 | 10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются |
| 10. | Ответ на экзамен | | 30 | 10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле |

| | | | |
|-----|----------------|-----|--|
| 11. | Итого за семес | 100 | |
|-----|----------------|-----|--|

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной

| 100-балльная система | Традиционная система |
|----------------------|----------------------|
| 85 - 100 баллов | Отлично |
| 70 - 84 баллов | Хорошо |
| 50 - 69 баллов | Удовлетворительно |
| Менее 50 | Неудовлетворительно |

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Доклад, контрольный срез

Тема 3. Возрастная периодизация тренировочных нагр:

1. Характеристика педагогических способностей тренера.
2. Уровни формирования профессиональных способностей тренера.
3. Методы исследования в практической деятельности тренера.
4. Развитие отечественной теории и методики детского и юношеского спорта.
5. Дневной режим и питание. Закаливание организма. Психорегуляция эмоционального состояния

Тема 5. Контроль и коррекция спортивной подготовки

1. Методика организации учебно-тренировочного занятия юного спортсмена.
2. Общая и специальная физическая подготовка и ее возрастная направленность.
10. Функционирование системы детского и юношеского спорта в Российской Федерации.

Опрос

Тема 1. Определение спортивных способностей и одар
Методика определения спортивного развития при спортивном отборе.

Тема 2. Воспитание и обучение юного спортсмена
Средства и методы обучения воспитания физических способностей.

Тема 3. Возрастная периодизация тренировочных нагр:
Технология планирования тренировочных нагрузок.

Тема 4. Организация занятий и режима жизни юного ст
Дневной режим и питание юного спортсмена.

Тема 5. Контроль и коррекция спортивной подготовки
Педагогическое наблюдение.

Тема 6. Теория спортивного отбора
Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей.

Тема 7. Организационные и программно-нормативные о
Изучить программно-методические основы системы подготовки юных спортсменов

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена

Типовые вопросы экзамена (ПК-4)

Развитие отечественной теории и методики детского и юношеского спорта.

Содержание системы многолетней спортивной подготовки.

Организация учебно-тренировочного процесса. Фазы становления спортивной формы. Периоды уче

17. Содержание средств и методов нравственного воспитания юных спортсменов в разные возрасты
18. Воспитание волевых качеств юного спортсмена.
19. Средства и методы обучения в процессе спортивной подготовки .
20. Методика организации игровой спортивной тренировки.
21. Методика организации спортивно-игровой тренировки.
22. Методика организации круговой спортивной тренировки.
23. Дневной режим и питание юного спортсмена (состав пищи, питьевой режим).
24. Воспитательная функция спортивной подготовки. Воспитание детей младшего школьного возраста
25. Особенности воспитания спортсменов подросткового и юношеского возраста.
26. Определение уровня биологического и физического развития юного спортсмена (дифференциация)
27. Содержание средств и методов нравственного воспитания юных спортсменов в разные возрасты
28. Средства и методы воспитания физических способностей.
29. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития силы и скоростно-силовых способностей
30. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития скоростных способностей.
31. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития выносливости.
32. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития гибкости.
33. Возрастные особенности тренировочных нагрузок для развития ловкости.
34. Планирование тренировочных нагрузок при средних сроках физического развития.
35. Планирование тренировочных нагрузок при ускоренном физическом развитии.
36. Планирование тренировочных нагрузок при замедленном физическом развитии.
37. Методика определения соматического развития при спортивном отборе.
38. Методы восстановления и повышения работоспособности юных спортсменов: закаливание организма
39. Соревновательная деятельность как главный фактор спортивной подготовки (возрастные группы)
40. Типы высшей нервной деятельности и их значение в процессе занятий спортом.
41. Типологические особенности нервной системы и их влияние на спортивные способности.
42. Влияние соматических особенностей индивида на проявление спортивных способностей.
43. Цели, задачи психологической регуляции в процессе спортивной подготовки. Виды психорегуляции
44. Закономерности, правила и принципы обучения в системе спортивной подготовки.
45. Педагогическое наблюдение как метод оперативного контроля в процессе спортивной подготовки
46. Формы и методика проведения тестирования спортивной подготовленности. Требования, предъявляемые к тестированию
47. Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности.
48. Этапность, неравномерность и гетерохронность развития способностей.
49. Перенос физических способностей.
50. Единство и взаимосвязь двигательных умений и физических способностей.
51. Принципы развития физических способностей.
52. Сила как физическое качество. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей
53. Быстрота как физическое качество человека. Виды скоростных способностей.
54. Выносливость как физическое качество человека. Виды выносливости. Утомление и выносливость
55. Гибкость как физическое качество человека. Виды гибкости. Факторы, определяющие уровень р

Типовые задания для экзамена (ПК-4)

1. Характеристика педагогических способностей тренера.
2. Уровни формирования профессиональных способностей тренера.
3. Методы исследования в практической деятельности тренера.
4. Развитие отечественной теории и методики детского и юношеского спорта.
5. Дневной режим и питание. Закаливание организма. Психорегуляция эмоционального состояния.
6. Особенности воспитания развивающейся личности в спорте. Содержание средств и методов нр
7. Планирование тренировочных нагрузок разной направленности с учетом возраста, пола и физи
8. Методика организации учебно-тренировочного занятия юного спортсмена.
9. Общая и специальная физическая подготовка и ее возрастная направленность.
10. Функционирование системы детского и юношеского спорта в Российской Федерации.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

| Оценка | Компет | Дескрипторы (уровни) – основные призна |
|-----------------------------|--------|--|
| «отлично» (85 - 100 балл | ПК-4 | Отлично разрабатывает и осуществляет образовательный процесс |
| «хорошо» (70 - 84 балло | ПК-4 | Хоршо разрабатывает и осуществляет образовательный процесс с |
| «удовлетворите | ПК-4 | Удовлетворительно разрабатывает и осуществляет образовательн |
| «неудовлетвори | ПК-4 | Неудовлетворительно разрабатывает и осуществляет образовател |

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содер:
Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «У
В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплин
В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуем
В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, професси

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на л
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы
Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с о
Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответ
В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практич
Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинирова
- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;

- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при от
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответ
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответс
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение о
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложени

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки : учеб. пособие. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 28
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: Физкульту

6.2 Дополнительная литература:

1. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать. - Москва: АСТ, Астрель, Полиграфиздат,
2. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать. - М.: АСТ, Астрель, 2004. - 863 с.

6.3 Иные источники:

1. Министерство спорта Российской Федерации - <https://minsport.gov.ru/>
2. Портал «Гуманитарное образование» - <http://www.humanities.edu.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечени
Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной
Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью п
Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, с

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Office 2007, 2010, 2016

Paint.NET v 3.36

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>
3. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки. – URL: <http://obrnadzor.gov.ru/ru>
4. Юрайт: электронно-библиотечная система. – URL: <https://urait.ru>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультим