

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

УТВЕРЖДЕНО:
Декан ФФК
В.Г. Шилько

Рабочая программа дисциплины

УПРАВЛЕНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКОЙ СПОРТСМЕНОВ

по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) подготовки:
«Технологии спортивной подготовки»

Форма обучения
Очная

Квалификация
Бакалавр

Год приема
2024

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель ОПОП
Т.А. Шилько

Председатель УМК
Ю.А. Карвунис

Томск-2024

1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

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

ОПК-8 – Способен проводить работу по предотвращению применения допинга;

ОПК-9 – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;

ПК-1 – Способен осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИОПК-4.3. – Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию, медицинского обеспечения соревнований;

ИОПК-8.2. – Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности;

ИОПК-9.1. – Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся;

ИОПК-9.2 – Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;

ИПК-1.1 – Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности и формирование личности спортсмена средствами физкультурно-спортивной деятельности;

ИПК-1.2. – Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки;

ИПК-1.3 – Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся.

2. Задачи освоения дисциплины:

- изучить мотивацию поведения и деятельности, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей в спорте;

- изучить методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния спортсменов;

- научиться использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья;

- научиться использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплина по выбору.

4. Семестр(ы) освоения и форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине

Семестр 7, зачет

5. Входные требования для освоения дисциплины

Для успешного освоения дисциплины требуются результаты обучения по дисциплинам модуля: «Теория и методика обучения базовым видам спорта», а также по дисциплинам: «Теория и методика физической культуры», «Педагогика физической культуры», «Психология физической культуры», «Допинг в спорте», «Спортивная физиология».

6. Язык реализации

Русский

7. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 часов, из которых:

- лекции: 10 ч.;
 - семинарские занятия: 30 ч.
 - практические занятия: 14ч.;
 - лабораторные работы: 0 ч.
- в том числе практическая подготовка: 14 ч.

Объем самостоятельной работы студента определен учебным планом.

8. Содержание дисциплины, структурированное по темам

Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
Тема 1. Соревновательная деятельность спортсменов.	Соревновательная деятельность – определение. Содержание соревновательной деятельности спортсменов. Содержание соревновательной деятельности в различных видах спорта. Соревновательная подготовка, как составная часть системы спортивной подготовки
Тема 2. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов	Специфика соревновательной деятельности и содержание многолетней подготовки спортсменов (принципы, средства, методы, программирование процесса тренировки, отбор, оценка тренированности, оценка способностей спортсмена, контроль его текущего состояния и др.).
Тема 3. Психологическая подготовка.	Понятие психологической подготовки спортсменов. Принципы построения психологической подготовки спортсменов. Общая психологическая подготовка спортсменов. Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям.
Тема 4. Тактическая подготовка.	Понятие тактической подготовки, тактики, тактических действий. Выбор тактики ведения спортивного состязания. Тактическая подготовка к конкретным соревнованиям.
Тема 5. Основы теории	Контроль процесса подготовки. Методы

комплексного контроля.	объективного педагогического, медико-биологического и психологического контроля. Контроль соревновательной деятельности. Контроль физического состояния. Контроль нагрузок. Контроль за физической работоспособностью.
Тема 6 Подготовка спортсменов к соревнованиям.	Этап ранних стартов. Этап непосредственной подготовки к главным соревнованиям и выступление в них. Подготовка спортсменов к соревновательной деятельности при одноцикловом, двухцикловом и трёхцикловом построении годичной тренировки.
Тема 7. Управление командой (спортсменом) в соревнованиях.	Стратегическое и оперативное управление командой. Руководство командой в процессе подготовительных и контрольных соревнований в течение всей подготовки к основному соревнованию сезона. Управление командой (спортсменом) в конкретных соревнованиях.

9. Текущий контроль по дисциплине

Текущий контроль по дисциплине проводится путем выполнения домашних заданий, тестов для самоконтроля, участия в педагогическом наблюдении за спортсменами и тренерами на соревнованиях и фиксируется в форме контрольной точки не менее одного раза в семестр.

Типовые задания для текущей аттестации

Задание 1. ИОПК-9.1, ИПК-1.2.

Выполнить тест для самоконтроля по темам 1,2

Задание 2. ИОПК-4.3, ИПК-1.1, ИПК-1.3

Подготовить доклад с презентацией по выбранной теме:

1. Содержание соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
2. Программирование процесса тренировки в избранном виде спорта.
3. Моделирование соревновательной деятельности с целью подведения к старту и контроля уровня подготовленности.
4. Оценка уровня технико-тактического мастерства, психических и двигательных качеств спортсмена в избранном виде спорта.

5. Содержание и организация комплексного контроля в избранном виде спорта.

6. Содержание психической подготовки, ее построение, средства и методы в различных видах спорта.

7. Особенности тактики и тактической подготовки в избранном виде спорта.

8. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в соревновании.

Секундирование.

Задание 3. ИОПК-8.2.

Разработать лекцию по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности для спортсменов разного возраста и уровня квалификации.

Задание 4. ИОПК-9.2, ИПК-1.3

Провести педагогическое наблюдение за спортсменом и тренером во время соревнований по различным видам спорта. Составить отчет для обсуждения на семинаре.

Задание 5. Дополнительное (если нет аттестации по контрольной точке)

Выполнить тест.

10. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

Формой промежуточной аттестации является **зачет по итогам седьмого семестра.**

Критерии оценки уровня овладения студентами компетенций на этапе зачета:

«Зачтено» ставится, если обучающийся в течение семестра выполнил все практические задания, при ответе на вопросы продемонстрировал владение на высоком уровне учебным материалом. Ответ обучающегося отличала полнота, конкретность и внутренняя логика.

«Не зачтено» ставится, если обучающийся не выполнил все практические задания и (или) при ответе на вопросы продемонстрировал незнание или непонимание учебного материала, неспособность ответить на дополнительные вопросы преподавателя.

Примерные вопросы для подготовки к зачету

1. Раскройте понятие соревновательной деятельности спортсменов.
2. Охарактеризуйте соревновательную подготовку спортсменов в избранном виде спорта.
3. Какова взаимосвязь специфики соревновательной деятельности с содержанием многолетней подготовки спортсменов.
4. Охарактеризуйте этап ранних стартов в соревновательной подготовке спортсменов.
5. Охарактеризуйте этап непосредственной подготовки к главным соревнованиям сезона.
6. В чем заключаются различия в подготовке спортсменов к соревновательной деятельности при одноцикловом, двухцикловом и трёхцикловом построении годичной тренировки?
7. Охарактеризуйте методы педагогического контроля в процессе подготовки.
8. Охарактеризуйте методы медико-биологического контроля в процессе подготовки.
9. Охарактеризуйте методы психологического контроля в процессе подготовки.
10. Охарактеризуйте методы контроля соревновательной деятельности спортсменов в избранном виде спорта.
11. Охарактеризуйте методы контроля физического состояния спортсменов в избранном виде спорта.
12. Охарактеризуйте методы контроля соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.
13. Охарактеризуйте методы контроля за физической работоспособностью спортсменов.
14. Дайте определение понятию «психологическая подготовка».
15. Охарактеризуйте принципы построения психологической подготовки спортсменов.
16. Охарактеризуйте общую психологическую подготовку спортсмена.
17. Охарактеризуйте психологическую подготовку к конкретным соревнованиям.
18. Дайте определение понятию «тактическая подготовка».
19. Охарактеризуйте условия выбора тактики ведения спортивного состязания.
20. Охарактеризуйте стратегическое управление командой (спортсменом).

21. Охарактеризуйте оперативное управление командой (спортсменом).
22. Какими факторами определяются спортивные достижения?
23. Какова роль соревнований в системе подготовки спортсменов?
24. Расскажите о содержании комплексного контроля в избранном виде спорта.
25. Что такое соревновательная подготовка?
26. Охарактеризуйте особенности тактики и тактической подготовки в избранном виде спорта.
27. Охарактеризуйте алгоритмический, вероятностный и эвристический характер тактики.
28. Охарактеризуйте ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в соревнованиях.
29. Охарактеризуйте секундирование

11. Учебно-методическое обеспечение

а) Электронный учебный курс по дисциплине в электронном университете «Moodle» - <https://moodle.tsu.ru/course/view.php?id=3763>

б) Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

в) План семинарских и практических занятий по дисциплине.

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1.	Тема 1. Соревновательная деятельность спортсменов.	Содержание соревновательной деятельности спортсменов. Содержание соревновательной деятельности в различных видах спорта. Соревновательная подготовка, как составная часть системы спортивной подготовки
2.	Тема 2. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов	Специфика соревновательной деятельности и содержание многолетней подготовки спортсменов (принципы, средства, методы, программирование процесса тренировки, отбор, оценка тренированности, оценка способностей спортсмена, контроль его текущего состояния и др.)
3.	Тема 3. Психологическая подготовка.	Принципы построения психологической подготовки спортсменов. Совершенствование свойств и черт личности (мотивационной направленности, психической устойчивости), психических качеств в процессе общей психологической подготовки. Формирование готовности к высокоэффективной деятельности в момент соревнований. Ориентация на социальные ценности, формирование у спортсмена или команды психических "внутренних опор", преодоление "барьеров", психологическое моделирование условий предстоящей борьбы, форсированная оптимизация "сильных" сторон психической подготовленности спортсмена, установка и программа действий и т.д. Содержание психологической подготовки, ее построение, средства и методы в различных видах спорта.
4.	Тема 4. Тактическая подготовка.	Особенности тактики и тактической подготовки в различных видах спорта. Соответствие тактического плана и поведения спортсмена во время состязания уровню развития его физических и психических качеств, технической подготовленности и теоретических знаний. Выбор способов, технических приемов и действий.

		Рациональное распределение сил в процессе выполнения соревновательных упражнений. Применение приемов психологического воздействия на противника и маскировки намерений. Алгоритмический, вероятностный и эвристический характер тактики
5.	Тема 5. Основы теории комплексного контроля.	Контроль действий спортсмена и команды в целом на соревнованиях (с последующей оценкой уровня технико-тактического мастерства, психических и двигательных качеств). Контроль состояния спортсмена (телосложение, состояние здоровья, степень развития волевых и двигательных качеств). Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок. Разработка целевых тренировочных программ на основании анализа результатов комплексного контроля. Содержание и организация комплексного контроля в различных видах спорта. Подготовка доклада с презентацией
6.	Тема 6. Подготовка спортсменов к соревнованиям.	Этап ранних стартов. Этап непосредственной подготовки к главным соревнованиям и выступление в них. Подготовка спортсменов к соревновательной деятельности при одноцикловом, двухцикловом и трёхцикловом построении годичной тренировки. Восстановление работоспособности после отборочных соревнований. Создание и поддержание высокой психической готовности у спортсменов за счёт регуляции и саморегуляции состояний. Обеспечение оптимальных условий для максимального использования всех сторон подготовленности (физической, технической, тактической, психической) с целью трансформации её в максимально возможный результат
7.	Тема 7. Управление командой (спортсменом) в соревнованиях.	Стратегическое и оперативное управление командой. Руководство командой в процессе подготовительных и контрольных соревнований в течение всей подготовки к основному соревнованию сезона. Управление командой в конкретных соревнованиях. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в соревновании. Секундирование.
8.	Посещение соревнований по различным видам спорта.	<i>Практические занятия</i> Педагогическое наблюдение за спортсменами и тренерами. Отчет, обсуждение.

д) Методические указания по организации самостоятельной работы студентов.

12. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет

а) основная литература:

1. Алхасов Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : Учебник для вузов / Алхасов Д. С., Пономарев А. К.. - Москва : Юрайт, 2022. - 313 с - (Высшее образование) . URL: <https://urait.ru/bcode/497025> URL: <https://urait.ru/book/cover/753CE2AC-8DA9-4EBB-BF8B-0F4130C95772>
2. Бабушкин Г. Д. Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к

- соревновательной деятельности / Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П.. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 348 с. URL: <https://e.lanbook.com/book/180799>
3. Высочина. Н. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов в олимпийском спорте : монография / Н. Л. Высочина. - Москва : Издательство Спорт, 2021. - 304 с.. URL: <https://www.iprbookshop.ru/104665.html>
 4. Димова А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : Учебник для вузов / Димова А. Л.. - Москва : Юрайт, 2022. - 428 с - (Высшее образование) . URL: <https://urait.ru/bcode/496660>
URL: <https://urait.ru/book/cover/9E33019C-ED9A-4541-B056-607D78CC682F>
 5. Коновалов В. Л. Баскетбол / Коновалов В. Л., Погодин В. А.. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 84 с.. URL: <https://e.lanbook.com/book/185320>
 6. Мельник . Е. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская. - Москва: Издательство Спорт, 2020. - 192 с.. URL: <https://www.iprbookshop.ru/94117.html>
 7. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена: научная монография / А. Н. Веракса, А. Е. Горовая, А. И. Грушко, С. В. Леонов. - Москва : Издательство Спорт, 2016. - 208 с.. URL: <https://www.iprbookshop.ru/55559.html>

б) дополнительная литература

1. Питер Дж. Л. Томпсон Введение в теорию тренировки: официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике: [методическое пособие] /Питер Дж. Л. Томпсон; Междунар. ассоц. легкоатлет. федераций; [Всерос. фед. легкой атлетики, Моск. регион. центр развития ИААФ]. Москва: Человек , 2014. - 191 с.
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика : учебник : [для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению подготовки "Физическая культура" / Г. В. Грецов, С. Е. Войнова, А. А. Германова и др.] ; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - 2-е изд., стер.. - Москва : Академия, 2014. - 287с.
3. Головкин Д. Е. Кинезиологический потенциал спортсменов как фактор управления тренировочным процессом / Д. Е. Головкин, А. И. Загребская // Теория и практика физической культуры. 2019. № 11. С. 80-82. URL: <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Repository/vtls:000675728>

в) ресурсы сети Интернет:

1. Портал Министерства спорта РФ [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. –2021 <http://minsport.gov.ru/>
2. Портал Всероссийской федерации волейбола [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. -2021 <https://www.volley.ru/>
3. Портал Всероссийской федерации лёгкой атлетики [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. -2021 <https://rusathletics.info/docs?category=6686>
4. Портал Всероссийской федерации плавания [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. -2021 <https://russwimming.ru/>
5. Портал Федерации лыжных гонок России [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. -2021 <http://www.flgr.ru/>
6. Портал Единой справочной – спортивные организации и федерации [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. -2021 https://msk.ros-spravka.ru/catalog/sports_organizations_and_federations

13. Перечень информационных технологий

а) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Office Standart 2013 Russian: пакет программ. Включает приложения: MS Office Word, MS Office Excel, MS Office PowerPoint, MS Office On-eNote, MS Office Publisher, MS Outlook, MS Office Web Apps (Word Excel MS PowerPoint Outlook);
- публично доступные облачные технологии (Google Docs, Яндекс диск и т.п.).

б) информационные справочные системы:

- Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>
- Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>
- ЭБС Лань – <http://e.lanbook.com/>
- ЭБС Консультант студента – <http://www.studentlibrary.ru/>
- Образовательная платформа Юрайт – <https://urait.ru/>
- ЭБС ZNANIUM.com – <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks – <http://www.iprbookshop.ru/>

14. Материально-техническое обеспечение

Аудитории для проведения занятий лекционного типа.

Аудитории для проведения занятий семинарского типа, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой и доступом к сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду и к информационным справочным системам.

15. Информация о разработчиках

Шарафеева Алла Борисовна, кафедра теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности ФФК, старший преподаватель.