МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

ОДОБРЕНО:
Руководитель ОП
_____ М.А. Правдов
(подпись)
«24» февраля 2026 г.

**Рабочая программа дисциплины**

# ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СПОРТЕ

| | |
|---|---|
| Уровень высшего образования: | магистратура |
| Квалификация выпускника: | магистр |
| Направление подготовки: | 44.04.01 Педагогическое образование |
| Направленность (профиль) образовательной программы: | Профессиональное образование в области физической культуры |

Шуя

**1. Цели и задачи освоения дисциплины:**

**Цель изучения дисциплины** является формировать профессиональные компетенции специалиста в области спорта на основе освоения им знаний и умений, необходимых для методически грамотного решения профессиональных задач в сфере планирования тренировочного процесса в видах спортивных дисциплин .

**2. Задачи изучения дисциплины**

изучение возможностей планирования в соответствии с потребностями и достижениями спортсменов в зависимости от уровня их подготовленности; организация процесса планирования в обучении и воспитании в рамках тренировки с использованием технологий, отражающих специфику вида спорта и соответствующих возрастным и психофизическим особенностям занимающихся, в том числе их особым образовательным потребностям; организация взаимодействия с коллегами, родителями, социальными партнерами, в том числе иностранными; осуществление профессионального самообразования и личностного роста. Планирование учебно-тренировочных программ и индивидуальных маршрутов подготовки; планирование содержания, форм и методов контроля за физической, технической, тактической и другими видами подготовки в спорте; планирование прогноза спортивных достижений.

**2. Место дисциплины в структуре ОП**

Дисциплина «Планирование тренировочного процесса в спорте» является обязательной для изучения; относится к обязательной части блока дисциплин Б1, входит в Проектировочный модуль.

Изучение дисциплины «Планирование тренировочного процесса в спорте» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися дисциплин на предыдущем уровне образования, а также дисциплин учебного плана 1-го года обучения.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин: Проектирование массовых физкультурно-спортивных мероприятий в рамках комплекса ГТО; Психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений; Культура профессионально-личностного самообразования и саморазвития педагога; Физическая культура и спорт за рубежом; Общая теория спорта и спортивной подготовки; Спортивная тренировка; Социальные функции физической культуры; Теоретико-методические аспекты адаптивной физической культуры*;* Исследования в области физического воспитания детей дошкольного возраста; Медико-биологические аспекты физкультурно-спортивной деятельности, а также к прохождению производственной практики, технологической (проектно-технологической) практики; Производственной практики, педагогической практики; Производственной практики, научно-исследовательской работы; подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена; выполнению и защите выпускной квалификационной работы.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

**3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина**

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

–

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

| Категория ОПК (при наличии) | Код и наименование ОПК | Код и наименование индикатора достижения ОПК |
|---|---|---|
| Разработка основных и дополнительных образовательных программ | ОПК-2. Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации | ОПК-2.1. Знает: содержание основных нормативных документов, необходимых для проектирования ОП; сущность и методы педагогической диагностики особенностей обучающихся; сущность педагогического проектирования; структуру образовательной программы и требования к ней; виды и функции научно-методического обеспечения современного образовательного процесса.<br>ОПК-2.2. Умеет: учитывать различные контексты, в которых протекают процессы обучения, воспитания и социализации при проектировании ООП; использовать методы педагогической диагностики; осуществлять проектную деятельность по разработке ОП; проектировать отдельные структурные компоненты ООП.<br>ОПК-2.3. Владеет: опытом выявления различных контекстов, в которых протекают процессы обучения, воспитания и социализации; опытом использования методов диагностики особенностей учащихся в практике; способами проектной деятельности в образовании; опытом участия в проектировании ООП. |
| Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности | ОПК-6. Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями | ОПК-6.1. Знает: психолого-педагогические основы учебной деятельности; принципы проектирования и особенности использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.<br>ОПК-6.2. Умеет: использовать знания об особенностях развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы; применять образовательные |

| | | |
|---|---|---|
| | | технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.<br>ОПК-6.3. Владеет: навыками учета особенностей развития обучающихся в образовательном процессе; навыками отбора и использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; навыками разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуально-ориентированных образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений). |

в) профессиональные компетенции (ПК) и индикаторы их достижения:

| Код и наименование профессиональной компетенции выпускника | Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции | Основание (ПС, анализ опыта) |
|---|---|---|
| **Тип задач профессиональной деятельности: проектный** | | |
| ПК-3. Способен анализировать возможности и потребности обучающихся, проектировать и реализовывать их индивидуальные образовательные маршруты | ПК-3.1. Знает: особенности проектирования индивидуальных образовательных маршрутов, механизмы адаптации обучающихся к особенностям образовательного процесса в образовательной организации.<br>ПК-3.2.Умеет: оказывать помощь обучающимся в удовлетворении их потребностей в интеллектуальном, культурном, нравственном развитии, профессиональном самоопределении, в выборе образовательной траектории.<br>ПК-3.3. Владеет: приемами педагогического проектирования индивидуальных образовательных маршрутов. | 01.001 Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»<br>01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования» |

**3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения формируемых компетенций**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

–содержание основных нормативных документов, необходимых для проектирования ОП (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–сущность и методы педагогической диагностики особенностей обучающихся (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–сущность педагогического проектирования (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–структуру образовательной программы и требования к ней (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–виды и функции научно-методического обеспечения современного образовательного процесса (ОПК-2, индикаторы 1-3).

–психолого-педагогические основы учебной деятельности (ОПК-6, индикаторы 1-3);

–принципы проектирования и особенности использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями (ОПК-6, индикаторы 1-3).

–особенности проектирования индивидуальных образовательных маршрутов (ПК-3, индикаторы 1-3).

–механизмы адаптации обучающихся к особенностям образовательного процесса в образовательной организации (ПК-3, индикаторы 1-3).

**Уметь:**

–учитывать различные контексты, в которых протекают процессы обучения, воспитания и социализации при проектировании ООП (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–использовать методы педагогической диагностики (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–осуществлять проектную деятельность по разработке ОП (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–проектировать отдельные структурные компоненты ООП (ОПК-2, индикаторы 1-3).

–использовать знания об особенностях развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы (ОПК-6, индикаторы 1-3)..;

–применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе, с особыми образовательными потребностями (ОПК-6, индикаторы 1-3).

–оказывать помощь обучающимся в удовлетворении их потребностей в интеллектуальном, культурном, нравственном развитии, профессиональном самоопределении, в выборе образовательной траектории (ПК-3, индикаторы 1-3).

**Владеть:**

–опытом выявления различных контекстов, в которых протекают процессы обучения, воспитания и социализации (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–опытом использования методов диагностики особенностей учащихся в практике (ОПК-2, индикаторы 1-3);

–способами проектной деятельности в образовании; опытом участия в проектировании ООП (ОПК-2, индикаторы 1-3).

–навыками учета особенностей развития обучающихся в образовательном процессе (ОПК-6, индикаторы 1-3);

–навыками отбора и использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями (ОПК-6, индикаторы 1-3);

–навыками разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуально-ориентированных образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений) (ОПК-6, индикаторы 1-3).

–приемами педагогического проектирования индивидуальных образовательных маршрутов (ПК-3, индикаторы 1-3).

**4. Объём и содержание дисциплины**

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 3 зачётные единицы (108 час.)

Практическая подготовка 16 час.

Заочная форма обучения

Объём дисциплины составляет 3 зачётные единицы (108 час.)

Практическая подготовка 32 час.

**4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий**

Очная форма обучения

Объем иной контактной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

| № п/п | Раздел (тема) дисциплины | Семестр | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах) | | | | Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа | | Самостоятельная работа обучающегося | |
| | | | | Лаб. | Пр. | | |
| 1. | Основы планирования тренировочного процесса в спорте | 3 | 2 | - | 2 | 8 | План-проект тренировочной программы, опрос |
| 2. | Цель, задачи, средства, методы и основные принципы тренировочного процесса в спорте | 3 | 2 | - | 2 | 12 | |
| 3. | Планирование программ тренировки в микро, мезо и макроцикле | 3 | 6 | - | 4 ПП | 6ПП | |
| 4. | Основы построения тренировочного процесса спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования | 3 | 2 | - | 2 | 8 3ПП | |
| 5. | Контроль в спорте. Виды контроля | 3 | 2 | - | 4 | 10 3ПП | |
| ИТОГО | | | 14 | - | 14 | 44 | Экзамен |

Заочная форма обучения

Объем иной контактной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

| № п/п | Раздел (тема) дисциплины | Курс | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах) | Формы текущего контроля успеваемости |
|---|---|---|---|---|

| | | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа | | Самостоятельная работа обучающегося | **Формы промежуточной аттестации** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Лаб. | Пр. | | |
| 1. | Основы планирования тренировочного процесса в спорте | 2 | 2 | - | - | 16 | План-проект тренировочной программы, контрольная работа |
| 2. | Цель, задачи, средства, методы и основные принципы тренировочного процесса в спорте | 2 | - | - | 2 | 17 | |
| 3. | Планирование программ тренировки в микро, мезо и макроцикле | 2 | - | - | 2 ПП | 22 (6ПП) | |
| 4. | Основы построения тренировочного процесса спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования | 2 | 2 | | 2 | 16 ПП | |
| 5. | Контроль в спорте. Виды контроля | 2 | - | | 2 | 16 ПП | |
| ИТОГО | | | 4 | - | 8 | 87 | Экзамен |

**4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)**

**Тема 1. Основы планирования тренировочного процесса в спорте.**

Виды планирования.

Документы планирования тренера.

Планирование содержания тренировочного процесса с учетом положений теории физической культуры и спорта

**Тема 2. Цель, задачи, средства, методы и основные принципы тренировочного процесса в спорте**

Цель, задачи, средства, методы и основные принципы тренировочного процесса в спорте. Разработка программно-методического обеспечения реализации тренировочной программы

Планирование программы тренировочного занятия

Построение программы тренировочного занятия. Разрабатка планов тренировочных занятий и методик проведения тренировок

**Тема 3. Планирование программ тренировок в мезо, микро и макроцикле**

Планирование тренировки в микроцикле

Планирование тренировки в мезоцикле

Планирование тренировки в макроцикле

Моделирование тренировочного процесса с использованием компьютера

**Тема 4. Основы построения тренировочного процесса спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования**

**Тема 5. Контроль в спорте.**

Виды контроля

Утомление и восстановление в системе тренировки

**5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных**

**технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

При реализации различных видов учебной работы предусматривается использование активных и интерактивных форм занятий: деловых игр, проектных методик, разбора конкретных коммуникативных ситуаций и коммуникативного тренинга в сочетании с внеаудиторной работой.

В целях реализации компетентностного подхода использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой для формирования и развития общих и профессиональных компетенций обучающихся.

Образовательный процесс базируется на модели смешанного обучения, которая помогает эффективно сочетать традиционные формы обучения и новые технологии.

При обучении дисциплины используются следующие образовательные технологии:

- технология коммуникативного обучения – направлена на формирование коммуникативной компетентности обучающихся;
- технология разноуровневого (дифференцированного) обучения – предполагает осуществление образовательного процесса с учетом индивидуальных способностей обучающихся, их возможностей и интересов;
- технология модульного обучения – предусматривает деление содержания дисциплины на автономные разделы (модули), интегрированные в общий курс;

**Информационные технологии** – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам, увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки, объективного контроля и мониторинга знаний студентов.

В образовательном процессе по дисциплине используются следующие информационные технологии, являющиеся компонентами Электронной информационно-образовательной среды ШФ ИвГУ:

- Официальный сайт ШФ ИвГУ;
- Корпоративная сеть и корпоративная электронная почта ШФ ИвГУ;
- Система электронного обучения ФГБОУ ВО «ИвГУ»;
- Электронные библиотечные системы;
- Мультимедийное сопровождение лекций и практических занятий.

## 6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Виды и формы самостоятельной работы магистрантов

| Виды самостоятельной работы | Формы самостоятельной работы |
|---|---|
| Самостоятельное изучение теоретических вопросов | |
| 1. Работа с печатными материалами: | 1. извлечение знания из конкретного источника по проблеме проектирования посредством конспектирования, аннотирования, рецензирования;<br>2. работа по составлению хрестоматийного сборника по теме проектирования;<br>3. подготовка обзора источников по проблеме, связанной с проектированием |
| 2. Работа над понятийным аппаратом проблемы планирования: | 1. сравнительный анализ суждений по содержанию понятий, отражающих понимание процесса планирования;<br>2. сравнительный анализ суждений по содержанию понятий, отражающих понимание процесса планирования; |

| | |
|---|---|
| | 3. сравнительный исторический анализ развития понятийного аппарата по вопросу о технологиях планирования;<br>4. сравнительный анализ общенаучных, междисциплинарных и специальных терминов, употребляемых в теории и практике проектирования;<br>5. составление словаря понятий, отражающего специфику деятельности планировщика. |
| 3. Работа с интернет- аудио-видеоматериалами: | 1. подбор аудио- видеоматериалов к теме;<br>2. подбор интернет-материалов к теме;<br>3. подготовка презентации разрабатываемого плана. |
| Самостоятельное изучение практических вопросов | |
| 1. Планирование деятельности, связанной с образовательными процессами: | 1. извлечение знаний из опыта планирования посредством наблюдения, анкетирования, интервьюирования;<br>2. разработка «мини-планов» по предложенной тематике;<br>3. разработка заключительных занятий, завершающих курсы, в виде плана-проекта круглого стола, мастерской, конференции, дебатов. |
| 2. Планирование деятельности, реализуемой в образовательных учреждениях: | 1. анализ проблемной ситуации, извлечение необходимой информации для ее преобразования;<br>2. апробация своих возможностей в разработке индивидуального «мини-плана», нацеленного на преобразование ситуации;<br>3. индивидуальная реализация «мини-плана тренировки;<br>4. работа в команде по реализации «мини-плана тренировочного занятия. |
| 3. Аналитическая деятельность, направленная на сознательное планирование тренировочного маршрута (рефлексивная компетенция): | 1. анализ содержания подготовки в области педагогического планирования;<br>2. самооценка и самоанализ своих личных качеств, знаний, умений с точки зрения требований к деятельности по планированию в спорте<br>3. самооценка и самоанализ собственной образовательной деятельности. |
| 4. Научно-исследовательская деятельность: | 1. проведение исследования, связанного с разработкой и реализацией планирования в спорте;<br>2. проведение исследования, связанного с планированием тренировочного процесса в спортивной дисциплине с определенным возрастным контингентом занимающихся;<br>3. проведение исследования, связанного с планированием и соотношением объема видов подготовки спортсмена в годичном цикле. |
| 5. Организаторская деятельность: | 1. участие в муниципальных и международных проектах, осуществляемых кафедрами, курирующими образовательную программу модуля;<br>2. подготовка и организация выставки по проблеме технологий планирования тренировочного процесса в спорте;<br>3. участие в Интернет-конференции по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте. |
| 4. Просветительская деятельность: | 1. подготовка и чтение лекции информационного характера по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте;<br>2. подготовка и размещение информационного материала о разрабатываемых планах тренировочного процесса в спорте.<br>3. подготовка и размещение информационного интернет-сайта |

| | |
|---|---|
| | по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте. |
| 5. Экспертная деятельность: | 1. изучение экспертных документов;<br>2. участие в экспертизе проектов. |

Конкретные виды самостоятельной работы магистрантов по темам изучения дисциплины

| № | Наименование раздела (темы) | Формы/виды самостоятельной работы | К-во часов | |
|---|---|---|---|---|
| | | | ОФО | ЗФО |
| 1. | Основы планирования тренировочного процесса в спорте | Составление словаря терминов о системе планирования тренировочного процесса в спорте | 6 | 12,5 |
| 2. | Цель, задачи, средства, методы и основные принципы тренировочного процесса в спорте | Разработка планов-программ тренировки в микро, мезо и макроцикле | 15 | 12,75 |
| 3. | Планирование программ тренировки в микро, мезо и макроцикле | | | 14,5 |
| 4. | Основы построения тренировочного процесса спортсменов и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования | Составление аннотированного списка литературы по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте | 6 | 12,75 |
| 5. | Контроль в спорте. Виды контроля | Описание видов и методик контроля в спорте | 6 | 12,75 |
| | **ИТОГО** | | **33** | **65,25** |

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в Приложении 1 к РП.

**7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине**

Для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине используются следующие оценочные средства: тесты, контрольные работы (задания), письменный и устный опрос.

Средствами текущего контроля являются: устный и письменный опросы по темам семинарских занятий, контрольные работы или задания (тематику контрольных работ и заданий смотри в Приложении 1).

Промежуточная аттестация является проверкой всех знаний, навыков и умений студентов, приобретённых в процессе изучения дисциплины. Формой промежуточной аттестации по дисциплине является экзамен.

Для оценивания результатов освоения дисциплины применяется следующие критерии оценивания.

**Критерии оценивания устного ответа на экзамене**

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проверке практических заданий, в процессе работы в группах на практических занятиях, оценке устных ответов.

Промежуточный контроль осуществляется на экзамене. Для приёма/сдачи экзамена используются собеседование с обучающимся по проблематике разработанного магистрантом плана тренировки в каком либо виде спорта.

**Пороговый уровень** сформированности контролируемых компетенций (обязательный для всех магистрантов вуза по завершении освоения образовательной программы) проверяется презентацией проекта, позволяющей определить степень сформированности базовых компонентов проверяемых компетенций. Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовность к нему.

**Критерии оценки:** Знает поверхностно ответы на поставленные вопросы. Слабо знает научные основы преподаваемого предмета, его историю и место в мировой культуре и науке, содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области со смежными научными областями. Может применять результаты исследования компетенций учителей в рамках единой системы оценки качества образования и модели оценки компетенций учителей с использованием единых федеральных оценочных материалов.

**Базовый уровень** сформированности контролируемых компетенций (превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза) проверяется теоретическим тестированием для текущего контроля, позволяющими формировать отдельные части или компетенций в целом. Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности. Анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения. Анализирует ранее сложившиеся в науке оценки информации.

**Критерии оценки:** Хорошо владеет учебным материалом. Логически выстраивает ответ на поставленный вопрос**.** Может совершенствовать свои профессиональные знания и умения на основе постоянного самообразования и может оценить уровень своей профессиональной компетентности. Формулирует цели самообразования исходя из этапов личностно-профессионального роста, индивидуально-личностных особенностей, а также учитывает и создает условия успешного самообразования в процессе учебно-профессиональной деятельности.

**Повышенный уровень** сформированности контролируемых компетенций (максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования) проверяется теоретическими заданиями для текущего контроля, позволяющими формировать компетенции в целом.

**Критерии оценки:** Отлично владеет учебным материалом, умеет логически рассуждать и давать правильные ответы на поставленные вопросы. Творчески подходит к решению поставленных задач. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний. Сопоставляет разные источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений. Аргументировано формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение. Определяет практические последствия предложенного решения задачи.

Оценка на зачёте выставляется по следующей шкале:

**Шкала оценки результатов освоения дисциплины**

| Повышенный уровень | Базовый уровень | Пороговый уровень | Ниже порогового уровня |
|---|---|---|---|
| отлично | хорошо | удовлетворительно | неудовлетворительно |
| 26-30 баллов | 21-25 баллов | 17-20 баллов | менее 17 баллов |

**8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

Учебная и учебно-методическая литература:

- основная литература***:***

1. Раянова, Ю. Ю. Проектная деятельность педагога : учебное пособие : [16+] / Ю. Ю. Раянова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2022. – 165 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699164. – Библиогр.: с. 144-146. – ISBN 978-5-91930-204-9. – Текст : электронный.

2. Харисова, Л. М. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности : учебное пособие : [16+] / Л. М. Харисова ; Костромской государственный университет им. Н. А. Некрасова. – Кострома : Костромской государственный университет (КГУ), 2011. – 370 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275636 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7591-1258-7. – Текст : электронный.

- дополнительная литература:

1. Асташина, М. П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие : [16+] / М. П. Асташина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 189 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043. – Текст : электронный.

2. Колесникова,И.А. Педагогическое проектирование : учебное пособие для студентов вузов / И. А. Колесникова, М. П. Горчакова-Сибирская ; под ред. И. А. Колесниковой. - Москва : Академия, 2005. - 288 с.

3. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта : учебник : [16+] / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274610. – Библиогр. в кн. – Текст : электронный.

4. Манжелей, И. В. Инновации в физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / И. В. Манжелей. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 146 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426945 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-5264-0. – DOI 10.23681/426945. – Текст : электронный.

5. Минникаева, Н. В. Организация физкультурно-оздоровительных предприятий : учебное пособие : [16+] / Н. В. Минникаева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278906 . – Библиогр.: с. 116. – ISBN 978-5-8353-1594-9. – Текст : электронный.

6. Обожина Диана Анатольевна. Управление физкультурно-спортивной организацией : учебное пособие / Обожина Диана Анатольевна ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2017. – 78 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695623 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7996-2151-3. – Текст : электронный.

7. Организация проектной деятельности в школе в свете требований ФГОС :

методическое пособие / А. В. Роготнева [и др.]. - Москва : Владос, 2018. - 119 с.

8. Педагогика физической культуры и спорта : учебник для студентов вузов / С. Д. Неверкович [и др.] ; под ред. С. Д. Неверковича. - Москва : Физическая культура, 2006. - 528 с.

9. Современные образовательные технологии : учебное пособие для студентов, магистрантов, аспирантов / под ред. Н. В. Бордовской. - 2-е изд. ; стер. - Москва : КНОРУС, 2011. - 432 с.

10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367 . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст : электронный.

Интернет-ресурсы:

1. Россмолодежь https://fadm.gov.ru/directions/grant/
2. Молодежь России https://grants.myrosmol.ru/
3. Гранты первых https://xn--80af5akm8c.xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/
4. Гранты Президента Российской Федерации https://presidentgrants.ru/
5. Каталог образовательны хресурсов. http://window.edu.ru/window
6. Новыеценностиобразования.Официальныйсайтжурнала.http://values-educ.ru/
7. Психология,Педагогика.Книги,статьи,литература.http://www.abc-people.com/
8. Российский общеобразовательный портал .http://www.school.edu.ru/
9. http://www.un.org/russian/conferen/women/womplat.htm - федеральный портал – российское образование
10. http://minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт.
11. http://www.olympic.ru – Олимпийский Комитет России. Официальный сайт.
12. http://www.paralymp.ru – Паралимпийский Комитет России. Официальный сайт.
13. http://www.deafsport.ru – Сурдлимпийский Комитет России. Официальный сайт.
14. http://ru.wikipedia.orq/wiki - Википедия - свободная энциклопедия

Современныепрофессиональныебазыданныхиинформационно-справочныесистемы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
2. Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт»
3. Научная сеть – информационная система, обеспечивающая доступ к научной и научно-популярной информации по естественным и гуманитарным наукам. http://nature.web.ru/
4. Электронная педагогическая библиотека http://www.pedlib.ru/
5. Библиотека Гумер. Педагогика
   http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php
6. Библиотека федерального портала «Российское образование» http://www.edu.ru/
7. Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского http://www.gnpbu.ru/
8. Научная электронная библиотека elibrary, https://www.elibrary.ru/defaultx.asp?/=
9. Сайт Высшей аттестационной комиссии при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерацииhttps://vak.minobrnauki.gov.ru/main

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;
Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт».

Программное обеспечение:
В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
3. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
4. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
5. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
6. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: электронные презентации.

**Автор(ы) рабочей программы дисциплины:** Н.Е. Хромцов, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта, кандидат педагогических наук, доцент.

Программа рассмотрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и спорта

«26» января 2026 г., протокол № 7

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____ 20_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ М.А. Правдов
(подпись)

***<u>Приложение 1.</u> Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины***

Материалы лекций и семинарских занятий будут способствовать развитию у магистрантов профессионально значимых умений и навыков, а также помогут им в организации самостоятельной внеаудиторной работы.

Конкретная реализация программного материала предусматривает необходимость самостоятельного изучения студентами определённых тем, особенно описательного характера при условии необходимых разъяснений со стороны преподавателя и обеспечения контроля за выполнение конкретных заданий (план, составление таблиц, отчёт по литературе, понятийному аппарату, проверку планов тренировок, собеседование, контрольную работу, презентации и т. п.).

Формами обучения и освоения студентами данной дисциплины являются: лекции, семинарские занятия, тренинг, экзамен.

Формы проверки текущих знаний и умений: контрольная работа, защита плана-проекта тренировки. Организация контроля образовательного процесса по освоению теории и практики планирования включает в себя текущую и итоговую аттестацию.

В ходе текущей аттестации выявляются и оцениваются результаты освоения отдельных учебных элементов, входящих в состав курса. Эти результаты выражаются в умении извлекать знания из научных текстов и опыта планирования, вести диалог по вопросам планирования, осуществлять самоанализ и самооценку собственной деятельности, участвовать в разработке «мини-планов» разного профиля и масштаба.

Для прохождения итоговой аттестации магистранту предоставляется возможность выбора формы сдачи экзамена, позволяющей отследить и оценить уровень сформированности основных компетенций. Освоение курса заканчивается разработкой и реализацией индивидуального плана-проекта тренировочной работы с одной из возрастных групп спортсменов, участие в работе круглого стола, конференции, мастерской, дебатов и т.п.

**Критерии оценки:**

Оценка должна быть объективной и учитывать качество ответа студента на основные и дополнительные вопросы, текущую успеваемость в течение семестра. При оценке знаний преподавателю следует обращать внимание на следующие стороны ответа:

• соответствие знаний студента программным требованиям дисциплины (по объёму и научности);

• самостоятельность и осознанность ответа;

• характер и количество неточностей и ошибок;

• умение применять теоретические знания к решению практических (содержательных) задач.

С критериями оценки студентов необходимо ознакомить, чтобы они сами могли объективно оценить свои знания. Результаты сдачи экзамена оцениваются отметкой «удовлетворительно», если студент усвоил 61% знаний по предмету.

Оценка по педагогическим проектам проставляется на основе результатов их защиты с проставлением в ведомости оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «не удовлетворительно» или «не явился».

Темы лекционного курса и практических (семинарских) занятий указаны в учебной программе курса, построенной по принципу от общего к частному.

Лекционный курс даёт возможность студенту понять и освоить основные принципы и закономерности педагогического планирования тренировочного процесса в спорте. Задача лектора заключается в том, чтобы из огромного по объёму материала, отличающегося многообразием, отобрать наиболее значимые проблемы, решаемые в ходе планирования тренировочного процесса в спорте, проанализировать их, выделить пути их решения. Лекционный курс не только вооружает студента знаниями, но оказывает существенную помощь в организации его самостоятельной работы, самообразования.

Обязанность студента заключается в посещении лекционного курса, активном участии в работе, конспектировании излагаемого материала. Помимо того, при чтении лекции преподаватель указывает на те аспекты проблемы, которые, к примеру, неоднозначно трактуются в литературе и носят дискуссионный характер.

Практические (семинарские) занятия непосредственным образом связаны с лекционным курсом. Приступая к подготовке практического (семинарского) занятия, магистрант должен ознакомиться с материалами соответствующей лекции, а затем приступить к изучению рекомендованной литературы. Кроме того, в настоящее время получили широкое распространение электронные базы данных, видеофильмы, которые оказывают существенную помощь учебному и научному процессу.

В ходе аудиторных занятий студенты осваивают теоретический материал, а также овладевают профессиональными компетенциями в осуществлении деловой коммуникации, навыками самоконтроля и коррекции своих действий. Основными видами проверки уровня подготовки студентов на практических занятиях является обсуждение и анализ подготовленной презентации, сообщения (доклада), владение понятийным аппаратом, умение решать ситуации. Данная работа продолжается и в ходе внеаудиторных занятий, которые дают возможность выявить индивидуальные возможности каждого студента.

**Организация самостоятельной работы**

Преподавателю и студенту следует иметь в виду, что для продуктивного освоения материала, связанного с освоением теории и практики педагогического планирования тренировочного процесса в спорте, предлагается: чтение лекции по указанной проблеме, проведение семинаров, руководство самостоятельной работой.

Лекции вводят студента в проблему технологического обеспечения проектной деятельности, раскрывают этапы и процедуры планирования тренировочного процесса в спорте. Целевые установки: введение в теорию и практику технологического обеспечения планирования тренировочного процесса в спорте. Содержательные единицы: понятие планирования тренировочного процесса в спорте; ценностные основания педагогического планирования тренировочного процесса в спорте; теоретические основания планирования тренировочного процесса в спорте; практические основания планирования тренировочного процесса в спорте: оформление лекции в виде записи; разработка опорного конспекта; участие в дискуссии вокруг проблемного вопроса физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи.

Семинары позволяют изучить этапы и процедуры педагогического планирования тренировочного процесса в спорте. Освоение этапов и процедур выступает как основа формирования инструментальной компетенции. На эту основу в дальнейшем должны наслаиваться процедурные моменты, связанные с разработкой и реализацией управленческих и педагогических планов-проектов. Целевые установки: освоение этапов и процедур планирования тренировочного процесса в спорте на основе разработки плана. Познавательная ситуация, связанная с постановкой проблемы: влияние ценностных ориентаций и карьерных устремлений на разработку плана. Содержательные единицы: обсуждение проблемы в группах; выявление этапов и процедур разработки плана. Виды заданий: анализ карьерных устремлений студентов; участие в деятельности группы по выявлению этапов и процедур разработки и реализации плана. Семинарские занятия должны углубить содержание лекций, подчеркнуть, что разработка и реализация плана может быть развернута как последовательность или алгоритм процедур, ориентированных на разработку и реализацию плана. Преподавателем подготовлен раздаточный материал, отражающий процедуру планирования тренировочного процесса в спорте, позволяющий ориентироваться в процессе усвоения этапов практической разработки и реализации планирования тренировочного процесса в спорте.

На предварительном этапе освоения конкретного вопроса студенту предлагается внимательно ознакомиться с целями, задачами и кратким содержанием учебного курса, к изучению которого он приступает; уяснить, в какой мере цели и задачи соответствуют тем заданиям, выполнение которых станет основанием для допуска к сдаче экзамена; определить, какое число заданий следует выполнить, чтобы был зачтен полный курс.

На основном этапе самостоятельная работа по усвоению содержания курса развертывается в нескольких направлениях. Она выражается в том, что студент изучает курс посредством извлечения знаний из основной и дополнительной литературы и Интернет-ресурсов; анализирует и оценивает практический опыт проектирования, извлекает из него необходимую информацию; выбирает необходимое число заданий, выполнение которых позволяет сдать экзамен; уточняет на этой основе образовательный маршрут; консультируется с преподавателем.

На заключительном этапе освоения конкретного курса студент готовит материал для допуска к экзамену; выбирает способ предъявления материала; предъявляет итоги творческой исследовательской работы в виде отчетов.

**Типы учебных заданий, формы обучения и оценки:**

Для подготовки к практическим занятиям и в ходе самостоятельной работы могут использоваться различные средства обучения.

Типы учебных заданий:

- посещение (участие) в лекциях;
- изучение специальной литературы;
- изучение проектов на сайте РНФ по направлению физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи
- поиск материалов в библиотеках и в сети Интернет;
- обзор литературы;
- проведение социологического исследования физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи в регионе;
- тренировка навыков защиты проекта;
- совместная работа с другими студентами над разработкой проекта физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи;
- подготовка и проведение презентаций, в т.ч. коллективных;
- критическая оценка работы других студентов;
- выполнение функций руководителя или полноправного участника рабочих групп.

Формы обучения: лекция, семинар, практическое занятие, тренинг, работа под руководством преподавателя, консультации, самостоятельная работа, работа над проектом, участие в эмпирических исследованиях, мастер-классы, групповая проектная работа, деловые и ролевые игры, интерактивное дистанционное обучение.

Формы оценки: защита проекта физкультурно-спортивной деятельности детей или молодежи.

**Самостоятельное изучение теоретических вопросов**

*Работа с печатными материалами*:

• извлечение знания из конкретного источника по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте посредством конспектирования, аннотирования, рецензирования;

• работа по составлению хрестоматийного сборника по теме планирования тренировочного процесса в спорте;

• подготовка обзора источников по проблеме, связанной с планирования тренировочного процесса в спорте.

*Работа над понятийным аппаратом проблемы* планирования тренировочного процесса в спорте:

• сравнительный анализ суждений по содержанию понятий, отражающих понимание планирования тренировочного процесса в спорте;

• сравнительный исторический анализ развития понятийного аппарата по вопросу о технологиях планирования тренировочного процесса в спорте;

• сравнительный анализ общенаучных, междисциплинарных и специальных терминов, употребляемых в теории и практике планирования тренировочного процесса в спорте;

• составление словаря понятий, отражающего специфику деятельности планирования тренировочного процесса в спорте.

*Работа с интернет- аудио- видеоматериалами*:

• подбор аудио- видеоматериалов к теме;

• подбор интернет-материалов к теме;

• подготовка презентации разрабатываемого проекта.

**Самостоятельное изучение практических вопросов**

*Деятельность, связанная с образовательными процессами* в сфере планирования тренировочного процесса в спорте:

• извлечение знаний из опыта тренеров посредством наблюдения, анкетирования, интервьюирования;

• разработка «мини-планов» по предложенной тематике;

• разработка заключительных занятий, завершающих курсы, в виде проектов круглого стола, мастерской, конференции, дебатов;

• разработка рекламного проекта.

• анализ проблемной ситуации, извлечение необходимой информации для ее преобразования;

• апробация своих возможностей в разработке индивидуального «мини-плана», нацеленного на преобразование ситуации;

• апробация своих возможностей в разработке коллективного «мини-плана», нацеленного на преобразование ситуации;

• индивидуальная реализация «мини-план» тренировки;

• работа в команде по реализации «мини-плана».

*Аналитическая деятельность, направленная на сознательное* планирование тренировочного процесса в спорте *(рефлексивная компетенция):*

• анализ содержания подготовки в области педагогического планирования тренировочного процесса в спорте;

• самооценка и самоанализ своих личных качеств, знаний, умений с точки зрения требований к деятельности по планированию тренировочного процесса в спорте;

• самооценка и самоанализ собственной образовательной деятельности.

*Научно-исследовательская деятельность:*

• проведение исследования, связанного с разработкой и реализацией планирования тренировочного процесса в спорте;

• проведение исследования, связанного с планирования тренировочного процесса в спорте;

• проведение исследования, связанного с планирования тренировочного процесса в спорте в области управления педагогическими объектами;

• проведение исследования, связанного с педагогическим планирования тренировочного процесса в спорте;

• в зависимости от интересов и склонностей студента его могут заинтересовать другие виды деятельности, участие в которых в той или иной мере способствует формированию его компетентности в области проектирования:

*Организаторская деятельность:*

• участие в муниципальных и международных проектах, осуществляемых кафедрами, курирующими образовательную программу модуля физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи;

• подготовка и организация выставки по проблеме технологий педагогического проектирования;

• участие в Интернет-конференции по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте.

*Просветительская деятельность:*

• подготовка и чтение лекции информационного характера по проблеме технологий планирования тренировочного процесса в спорте;

• подготовка и размещение информационного материала о разрабатываемых планах;

• подготовка и размещение информационного интернет-сайта по проблеме планирования тренировочного процесса в спорте.

*Экспертная деятельность:*

• изучение экспертных документов планирования тренировочного процесса в спорте;

• участие в экспертизе планов тренировочного процесса в спорте.

**Самостоятельная работа студента**

Самостоятельная работа ориентирована на освоение теории и практики разработки и реализации планирования тренировочного процесса в спорте. Курс предлагает студенту перечень возможных «мини-планов» на выбор, разработка которых введет его в практику планирования тренировочного процесса в спорте в соответствии с содержанием осваиваемого курса. Студент

должен иметь в руках набор проектов, с содержанием которых можно ознакомиться и в процесс разработки и реализации которых можно включиться.

**Содержание самостоятельной работы студентов**

Варианты работы над проблемой. Извлечение знаний по проблеме педагогического планирования тренировочного процесса в спорте посредством:

• ознакомления с проектными документами образовательных учреждений;

• обсуждения проблемы с тренерами образовательного учреждения ( ДЮСШ, школы, колледжа, вуза) на круглом столе, конференции, мастерской;

• анкетирование преподавателей и спортсменов, участвующих в планировании тренировочного процесса в спорте;

• подготовки сообщения к семинару и его презентация.

Результаты текущей аттестации оцениваются на основании выполнения заданий по отдельным темам дисциплины. Итоговая аттестация по курсу выявляет уровень сформированности компетенций в области педагогического планирования тренировочного процесса в спорте.

Проверяются:

• теоретические знания студентов, ориентированные на решение задач, связанных с овладением современными теориями планирования тренировочного процесса в спорте;

• уровень владения технологиями планирования тренировочного процесса в спорте;

• готовность к разработке и реализации планов тренировок в спорте;

• готовность к включению в деятельность команды, к согласованию ценностных позиций и ориентаций для достижения целей планирования тренировочного процесса в спорте.

Достижения студентов в результате самостоятельной работы оцениваются по совокупности результатов текущего и итогового контроля.

***Примерная тематика творческих планов для подготовки к сдаче экзамена.***

***Проводится в виде*** защиты и презентации индивидуального плана тренировки в спорте в рамках круглого стола, выступления на конференции, мастерской, в форме дебатов и т.п.

1. Планирование тренировочного процесса в циклических видах спорта
2. Планирование тренировочного процесса в ациклических видах спорта
3. Планирование тренировочного процесса в лыжных гонках
4. Планирование тренировочного процесса в технических видах легкой атлетики
5. Планирование тренировочного процесса в беговых видах легкой атлетики
6. Планирование тренировочного процесса в спортивной ходьбе
7. Планирование тренировочного процесса в футболе
8. Планирование тренировочного процесса в баскетболе
9. Планирование тренировочного процесса в волейболе
10. Планирование тренировочного процесса в хоккее
11. Планирование тренировочного процесса в баскетболе
12. Планирование тренировочного процесса в спортивной гимнастике
13. Планирование тренировочного процесса в художественной гимнастике
14. Планирование тренировочного процесса в плавании
15. Планирование тренировочного процесса в единоборствах
16. Планирование тренировочного процесса в настольном теннисе
17. Планирование тренировочного процесса в теннисе
18. Планирование тренировочного процесса в компьютерном спорте
19. Планирование тренировочного процесса в спортивном туризме
20. Планирование тренировочного процесса в конькобежном спорте
21. Планирование тренировочного процесса в шахматах
22. Планирование тренировочного процесса в адаптивных видах спорта