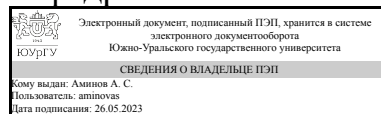


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий выпускающей  
кафедрой



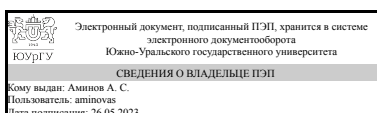
А. С. Аминов

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.06.01 Основы теории спорта  
для направления 49.03.01 Физическая культура  
уровень Бакалавриат  
профиль подготовки Спортивная подготовка  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

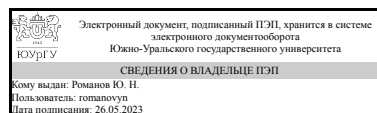
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,  
д.биол.н., проф., профессор



Ю. Н. Романов

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - формирование системы научно-практических знаний, умений и навыков в области теории спорта и подготовка их к профессиональной деятельности. Задачи: сформировать профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам теории спорта, стремление к комплексному анализу и творческому усвоению изучаемого материала; обеспечить усвоение фундаментальных знаний в области теории спорта, общих закономерностей, спортивных принципов, средств, методов, направлений спортивной тренировки, а также сформировать профессионально-педагогические умения и навыки.

## Краткое содержание дисциплины

Теория спорта как наука и учебная дисциплина. Основные понятия теории спорта. Общая характеристика физической культуры и спорта. Классификация видов спорта. Определение статуса спортсмена, его права и обязанности. Основные направления развития спортивного движения. Общая характеристика системы спортивной подготовки. Определение системы спортивной подготовки. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки. Система тренировки. Факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности. Определение соревновательной деятельности и ее структура. Классификационные подходы и систематизация соревновательной деятельности. Определения спортивных достижений и спортивных результатов. Их значимость и критерии оценки. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений. Средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки. Специфические черты базовых закономерностей спортивной тренировки. Основы построения многолетней спортивной тренировки. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Основные концепции и технология построения больших, средних и микро- циклов в спортивной подготовке. Структура управления процессов совершенствования спортивного мастерства. Использование условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

| Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)                                                                                                                                                                          | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки | Знает: построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); современные средства, методы и особенности физической, технической, тактической, психологической, теоретической, интегральной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) на тренировочном этапе<br>Умеет: развивать у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость, спортивно важные для вида спорта |

|                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                | <p>двигательные и психические качества с учетом сенситивных периодов развития физических качеств</p> <p>Имеет практический опыт: отбора наиболее эффективных методик спортивной подготовки, соответствующих целям подготовки занимающихся на тренировочном этапе</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>ПК-4 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов многолетнего тренировочного процесса</p> | <p>Знает: технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)</p> <p>Умеет: использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p> |

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

| Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана            | Перечень последующих дисциплин, видов работ                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Производственная практика (ориентированная, цифровая) (4 семестр)</p> | <p>Практикум по виду профессиональной деятельности,</p> <p>Основы тренерского мастерства,</p> <p>Производственная практика (преддипломная) (8 семестр),</p> <p>Производственная практика (профессионально-ориентированная) (6 семестр)</p> |

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

| Дисциплина                                                        | Требования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Производственная практика (ориентированная, цифровая) (4 семестр) | Знает: построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); современные средства, методы и особенности физической, технической, тактической, психологической, теоретической, интегральной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) на тренировочном этапе<br>Умеет: развивать у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость, спортивно важные для вида спорта двигательные и психические качества с учетом сенситивных периодов развития физических качеств Имеет практический опыт: отбора наиболее эффективных методик спортивной по |

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 56,5 ч. контактной работы

| Вид учебной работы                                                         | Всего часов | Распределение по семестрам в часах |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------|
|                                                                            |             | Номер семестра                     |
|                                                                            |             | 5                                  |
| Общая трудоёмкость дисциплины                                              | 108         | 108                                |
| <i>Аудиторные занятия:</i>                                                 | 48          | 48                                 |
| Лекции (Л)                                                                 | 32          | 32                                 |
| Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ) | 16          | 16                                 |
| Лабораторные работы (ЛР)                                                   | 0           | 0                                  |
| <i>Самостоятельная работа (СРС)</i>                                        | 51,5        | 51,5                               |
| Выполнение двух заданий                                                    | 12          | 12                                 |
| Выполнение письменных опросов по представленным двенадцати темам           | 12          | 12                                 |
| Подготовка к практическим занятиям                                         | 12          | 12                                 |
| Подготовка к экзамену                                                      | 15,5        | 15,5                               |
| Консультации и промежуточная аттестация                                    | 8,5         | 8,5                                |
| Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)                                   | -           | экзамен                            |

#### 5. Содержание дисциплины

| № раздела | Наименование разделов дисциплины      | Объем аудиторных занятий по видам в часах |    |    |    |
|-----------|---------------------------------------|-------------------------------------------|----|----|----|
|           |                                       | Всего                                     | Л  | ПЗ | ЛР |
| 1         | Методологические основы теории спорта | 11                                        | 7  | 4  | 0  |
| 2         | Система спортивной подготовки         | 23                                        | 15 | 8  | 0  |
| 3         | Управление спортивной подготовкой     | 14                                        | 10 | 4  | 0  |

##### 5.1. Лекции

| № лекции | № раздела | Наименование или краткое содержание лекционного занятия                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов |
|----------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1        | 1         | Теория спорта как наука и учебная дисциплина. Основные понятия теории спорта. Общая характеристика физической культуры и спорта. Классификация видов спорта.                                                                                                       | 2            |
| 2        | 1         | Определение статуса спортсмена, его права и обязанности. Основные направления развития спортивного движения.                                                                                                                                                       | 1            |
| 3        | 1         | Общая характеристика системы спортивной подготовки. Определение системы спортивной подготовки. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки. Система тренировки. Факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. | 1            |
| 4        | 1         | Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности. Определение соревновательной деятельности и ее структура. Классификационные подходы и систематизация соревновательной деятельности.                                                | 1            |
| 5        | 1         | Определения спортивных достижений и спортивных результатов. Их значимость и критерии оценки. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений.                                                                        | 1            |
| 6        | 1         | Проблемы развития массового спорта в России                                                                                                                                                                                                                        | 1            |
| 7        | 2         | Средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки                                                                                                                                                                                 | 3            |
| 8        | 2         | Основы построения многолетней спортивной тренировки                                                                                                                                                                                                                | 3            |
| 9        | 2         | Специфические черты базовых закономерностей спортивной тренировки.                                                                                                                                                                                                 | 3            |
| 10       | 2         | Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности                                                                                                                                                                                     | 3            |
| 12       | 2         | Использование условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.                                                                                                                                                     | 3            |
| 13       | 3         | Основные концепции и технология построения больших тренировочных циклов.                                                                                                                                                                                           | 3            |
| 14       | 3         | Основные технологические подходы к построению средних циклов подготовки                                                                                                                                                                                            | 3            |
| 15       | 3         | Основные технологические подходы к построению микроциклов.                                                                                                                                                                                                         | 3            |
| 16       | 3         | Структура управления процессов совершенствования спортивного мастерства.                                                                                                                                                                                           | 1            |

## 5.2. Практические занятия, семинары

| № занятия | № раздела | Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара                                                                                                                           | Кол-во часов |
|-----------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1         | 1         | Социальные функции спорта                                                                                                                                                                     | 1            |
| 2         | 1         | Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки.                                                                                                                                | 1            |
| 3         | 1         | Календарный план спортивных мероприятий и индивидуализированная система состязаний. Тенденции многолетней динамики соревновательной практики спортсменов.                                     | 1            |
| 5         | 1         | Проблемы организации «честной игры» (фэйр плэй)                                                                                                                                               | 1            |
| 6         | 2         | Максимальная и углубленная индивидуализация тренировочно-соревновательного процесса. Сочетание в спортивной тренировке постепенности и предельности, опережающих и стабилизирующих тенденций. | 2            |
| 7         | 2         | Организационные и методические аспекты отбора.                                                                                                                                                | 2            |

|    |   |                                                                                                                                                |   |
|----|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 8  | 2 | Особенности современного развития спорта высших достижений. Основные направления совершенствования подготовки спортсменов на современном этапе | 2 |
| 9  | 2 | Сочетание занятий с различными нагрузками. Желательные и нежелательные сочетания нагрузок разной направленности в рамках одного занятия.       | 2 |
| 10 | 3 | Модели построения тренировочных микроциклов (Матвеев Л.П., по Верхошанский Ю.В., Бондарчук А.П.)                                               | 2 |
| 11 | 3 | Технология построения больших тренировочных циклов.                                                                                            | 2 |

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента

| Выполнение СРС                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |         |              |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|
| Подвид СРС                                                       | Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Семестр | Кол-во часов |
| Выполнение двух заданий                                          | Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Л. П. Матвеев. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб. и др.: Лань, 2005. - 377, [1]                                       | 5       | 12           |
| Выполнение письменных опросов по представленным двенадцати темам | Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с. Глава 2: с.25-35; Глава 3: с. 41-49; Глава 4: с. 52-58.                                                                                                                       | 5       | 12           |
| Подготовка к практическим занятиям                               | Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с. Глава 5: с.155-187. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Л. П. Матвеев. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб. и др.: Лань, 2005. - 377, [1] Глава 3: с 55-69. | 5       | 12           |
| Подготовка к экзамену                                            | Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2010. — 392 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/10839">http://e.lanbook.com/book/10839</a> Глава 1: с.7-9, 9-11, 13-22, Глава 2: с. 23-24, 26-28, Глава 3: с. 35-38, 43-45, Глава 4: с. 51-55, Глава 5: с. 61-68, Глава 6: с. 68-87, Глава       | 5       | 15,5         |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | 7: с. 101-115, Глава 8: с. 119-123, Глава 9: с. 125-143, Глава 10: с. 147-162, Глава 11: с. 163-199, Глава 12: с. 200-207, Глава 13: с. 212-217, Глава 14: с. 223-240, Глава 15: с. 241-248, Глава 16: с. 248-264, Глава 17: с. 265-280. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие. [Электронный ресурс] / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. — Электрон. дан. — М. : Спорт, 2016. — 352 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/79302">http://e.lanbook.com/book/79302</a> Глава 1: с. 7-24; Глава 2: с. 25-32; Глава 3: с. 40-50; Глава 4: с. 51-63; Глава 6: с. 79-96; Глава 8: с. 113-117; Глава 9: с. 123-137; Глава 10: с. 140-152; Глава 11: с. 154-169; Глава 12: с. 171-185; Глава 13: с. 188-212; Глава 14: с. 214-221; Глава 15: с. 223-228; Глава 16: с. 230-251; Глава 17: с. 254-259; Глава 18: с. 261-272; Глава 19: с. 274-286; Глава 20: с. 288-328; Глава 21: с. 330-340. |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

| № КМ | Се-местр | Вид контроля     | Название контрольного мероприятия                     | Вес | Макс. балл | Порядок начисления баллов                          | Учитывается в ПА |
|------|----------|------------------|-------------------------------------------------------|-----|------------|----------------------------------------------------|------------------|
| 1    | 5        | Текущий контроль | Опрос по теме 1: Теория спортивных соревнований       | 5   | 38         | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов | экзамен          |
| 2    | 5        | Текущий контроль | Опрос по теме 2: Теория спортивной тренировки         | 5   | 35         | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов | экзамен          |
| 3    | 5        | Текущий контроль | Опрос по теме 3: Средства спортивной тренировки       | 5   | 10         | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов | экзамен          |
| 4    | 5        | Текущий контроль | Опрос по теме 4: Методы спортивной тренировки         | 5   | 7          | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов | экзамен          |
| 5    | 5        | Текущий контроль | Опрос по теме 5: Закономерности и принципы спортивной | 5   | 19         | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов | экзамен          |

|    |   |                  |                                                                    |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |
|----|---|------------------|--------------------------------------------------------------------|----|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|    |   |                  | тренировки                                                         |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         |
| 6  | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 6:<br>Физическая подготовка спортсменов              | 5  | 8  | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 7  | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 7:<br>Развитие силовых способностей                  | 5  | 18 | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 8  | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 8:<br>Воспитание выносливости спортсменов            | 5  | 16 | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 9  | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 9:<br>Воспитание скоростных способностей спортсменов | 5  | 9  | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 10 | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 10:<br>Техническая подготовка в спорте               | 5  | 9  | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 11 | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 11:<br>Тактическая подготовка                        | 5  | 19 | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 12 | 5 | Текущий контроль | Опрос по теме 12:<br>Психологическая подготовка                    | 5  | 19 | Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | экзамен |
| 13 | 5 | Текущий контроль | Задание 1                                                          | 20 | 3  | В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методик развития координационных способностей, а также представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 3 балла;<br>В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методики обучения, а также представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 2 балла;<br>В ответе на задание представлен только авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 1 балла;<br>В ответе на задание не представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов | экзамен |
| 14 | 5 | Текущий контроль | Задание 2                                                          | 20 | 3  | В ответе на задание рассмотрены как минимум три варианта использования концепций периодизации при разработки плана тренировочного процесса, алгоритм составления плана соответствует выбранной концепции полностью, представлены                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | экзамен |



|    |   |                          |         |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |
|----|---|--------------------------|---------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|    |   |                          |         |   | <p>преимущества выбранной концепции при сравнении с другими концепциями – 3 балла;</p> <p>представлено два варианта использования концепций периодизации, присутствуют незначительные нарушения в алгоритме составления программы периодизации, представлены не все преимущества выбранной концепции – 2 балла;</p> <p>представлен один вариант использования концепции периодизации, программа подготовки в избранном виде спорта составлена с нарушениями, не указаны преимущества выбранной концепции периодизации – 1 балл;</p> <p>программа периодизации не соответствует общепризнанным в практике данного вида спорта, присутствуют значительные нарушения в алгоритме составления программы подготовки, не указаны преимущества концепции, нет сравнения с другими концепциями периодизации – 0 баллов.</p>                                                                |         |
| 15 | 5 | Промежуточная аттестация | экзамен | - | <p>4</p> <p>Порядок начисление баллов на экзамене:</p> <p>При ответе на вопрос обучающийся аргументированно и правильно излагает материал, опираясь на знания и жизненный опыт; приводит не менее трёх примеров, выражает собственное мнение и понимание по проблеме, сформулированной в вопросе; даёт развёрнутый ответ, выходящий за рамки лекционного материала; ответ ясен, конкретен, однозначен; ответ содержит чёткие формулировки всех определений, касающихся указанного вопроса - 2 балла;</p> <p>при ответе приводит два примера; мнение выражает формально, то есть с установкой согласен или не согласен; обучающийся поверхностно рассуждает на предложенную тему вопроса, отклоняется от основной проблемы, сформулированной в вопросе; при ответе есть неточности; демонстрирует только знание материалов лекций; ответы на вопрос содержат нечёткие, размытые</p> | экзамен |





1. Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ)  
Челябинск Вестник Южно-Уральского государственного университета Юж.-  
Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Методические указания для самостоятельной работы по дисциплине "Основы теории спорта"

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Методические указания для самостоятельной работы по дисциплине "Основы теории спорта"

### Электронная учебно-методическая документация

| № | Вид литературы            | Наименование ресурса в электронной форме          | Библиографическое описание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---|---------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Основная литература       | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2010. — 392 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/10839">http://e.lanbook.com/book/10839</a> — Загл. с экрана.                                                                               |
| 2 | Дополнительная литература | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Единая всероссийская спортивная классификация 2015–2018 гг. (зимние виды спорта). [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Спорт, 2016. — 134 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/79290">http://e.lanbook.com/book/79290</a> — Загл. с экрана.                                                                       |
| 3 | Дополнительная литература | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Попов, И.В. ЕДИНАЯ ВСЕРОССИЙСКАЯ СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ/ Летние виды спорта 2014–2017 гг. Часть 1/ Виды спорта, включенные в программу Игр Олимпиады. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Спорт, 2016. — 120 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/89996">http://e.lanbook.com/book/89996</a> — Загл. с экрана. |
| 4 | Дополнительная литература | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2013. — 216 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/11816">http://e.lanbook.com/book/11816</a> — Загл. с экрана.                                                                            |
| 5 | Основная литература       | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие. [Электронный ресурс] / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. — Электрон. дан. — М. : Спорт, 2016. — 352 с. — Режим доступа: <a href="http://e.lanbook.com/book/79302">http://e.lanbook.com/book/79302</a> — Загл. с экрана.                                         |

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

| Вид занятий                     | № ауд.   | Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий |
|---------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Контроль самостоятельной работы | 101 (ДС) | Системный блок, монитор, клавиатура, мышь                                                                                                        |
| Самостоятельная работа студента | 01 (1)   | Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь                                                                      |
| Практические занятия и семинары | 303 (6)  | Системный блок, монитор, клавиатура, мышь                                                                                                        |
| Лекции                          | 302 (6)  | Основное оборудование: системный блок, монитор, клавиатура, мышь, микрофон, колонки, экран, проектор                                             |