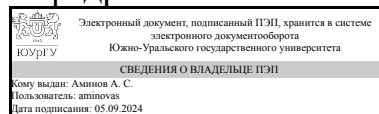


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий выпускающей  
кафедрой



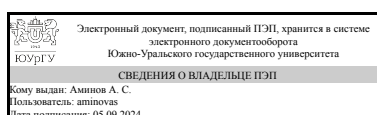
А. С. Аминов

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.М0.03.01 Инновационные технологии соревновательной подготовки спортсменов высокой квалификации для направления 49.04.01 Физическая культура уровень Магистратура магистерская программа Технологии спортивной подготовки форма обучения заочная кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

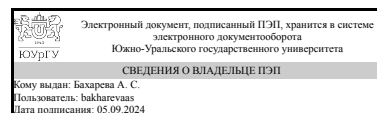
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 944

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



А. С. Аминов

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



А. С. Бахарева

## 1. Цели и задачи дисциплины

Целью освоения учебной дисциплины является приобретение знаний и умений в области инновационных технологий соревновательной подготовки с помощью научных исследований и инновационных методик организации тренировочного процесса. Задачи: - изучить современные тенденции развития различных видов спорта; критерии инновационных процессов в вида спорта; принципы разработки инновационных методик организации соревновательной подготовки; - научить студентов внедрять инновационные методы и средства в тренировочный процесс и соревновательную подготовку; - выстраивать и реализовывать перспективные линии профессионального саморазвития с учетом инновационных тенденций в современном спорте.

## Краткое содержание дисциплины

Достижения в сфере инновационных спортивных технологий; инновации в сфере соревновательной подготовки; инновационные технологии и разработки в системе научно-методического сопровождения; управление биологическими объектами в спорте-системный подход; биотехнологии в спорте; цифровые устройства в соревновательной подготовке.

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

| Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)                                                                                               | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2 Способен осуществлять тренировочный процесс и руководство состязательной деятельностью обучающихся на различных этапах спортивной подготовки | Знает: уровень рекордных результатов соревновательной деятельности спортивных сборных команд по виду спорта<br>Умеет: комплексно оценивать спортивный потенциал, уровень психологической устойчивости, стабильность результатов выступлений в течение предшествующего спортивного сезона, способность к предельной мобилизации в соревновательной обстановке спортсменов<br>Имеет практический опыт: управления соревновательной деятельностью спортивной сборной команды |

## 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

| Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана      | Перечень последующих дисциплин, видов работ                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортсменов | Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте,<br>Производственная практика (преддипломная) (5 семестр) |

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

| Дисциплина                                                         | Требования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортсменов | <p>Знает: методы организации работы спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта; передовые и перспективные научно-методические разработки в области методик подготовки высококвалифицированных спортсменов к соревнованиям по виду спорта, зарубежный и отечественный опыт подготовки спортивного резерва</p> <p>Умеет: выявлять негативные тенденции в реализации комплексной программы подготовки спортивной сборной команды и оперативно на них реагировать; выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе и инновационных; , сравнивать эффективность функционирования систем подготовки спортсменов; находить пути модернизации системы подготовки спортсменов; проводить анализ тренировочной и соревновательной деятельности отечественных и зарубежных спортсменов; анализировать модели соревновательной деятельности, олимпийских чемпионов на этапах многолетней подготовки спортсменов; Имеет практический опыт: планирования, контроля и координации деятельности тренеров и специалистов, задействованных в подготовке спортсменов, при формировании состава спортивной сборной команды, при проведении подготовки и участии в соревнованиях</p> |

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 18,25 ч. контактной работы

| Вид учебной работы                                                         | Всего часов | Распределение по семестрам в часах |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------|
|                                                                            |             | Номер семестра                     |
|                                                                            |             | 4                                  |
| Общая трудоёмкость дисциплины                                              | 108         | 108                                |
| <i>Аудиторные занятия:</i>                                                 | 12          | 12                                 |
| Лекции (Л)                                                                 | 2           | 2                                  |
| Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ) | 10          | 10                                 |
| Лабораторные работы (ЛР)                                                   | 0           | 0                                  |
| <i>Самостоятельная работа (СРС)</i>                                        | 89,75       | 89,75                              |
| Подготовка к зачету                                                        | 46          | 46                                 |
| Подготовка к практическим занятиям и заданиям                              | 43,75       | 43.75                              |
| Консультации и промежуточная аттестация                                    | 6,25        | 6,25                               |
| Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)                                   | -           | зачет                              |

## 5. Содержание дисциплины

| № раздела | Наименование разделов дисциплины                                                   | Объем аудиторных занятий по видам в часах |   |    |    |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---|----|----|
|           |                                                                                    | Всего                                     | Л | ПЗ | ЛР |
| 1         | Достижения в сфере инновационных спортивных технологий                             | 2                                         | 2 | 0  | 0  |
| 2         | Инновации в сфере соревновательной подготовки                                      | 2                                         | 0 | 2  | 0  |
| 3         | Инновационные технологии и разработки в системе научно-методического сопровождения | 2                                         | 0 | 2  | 0  |
| 4         | Управление биологическими объектами в спорте-системный подход                      | 2                                         | 0 | 2  | 0  |
| 5         | Биотехнологии в спорте                                                             | 2                                         | 0 | 2  | 0  |
| 6         | Цифровые устройства в соревновательной подготовке.                                 | 2                                         | 0 | 2  | 0  |

### 5.1. Лекции

| № лекции | № раздела | Наименование или краткое содержание лекционного занятия | Кол-во часов |
|----------|-----------|---------------------------------------------------------|--------------|
| 1        | 1         | Достижения в сфере инновационных спортивных технологий  | 2            |

### 5.2. Практические занятия, семинары

| № занятия | № раздела | Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара                | Кол-во часов |
|-----------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1         | 2         | Инновации в сфере соревновательной подготовки                                      | 2            |
| 2         | 3         | Инновационные технологии и разработки в системе научно-методического сопровождения | 2            |
| 3         | 4         | Управление биологическими объектами в спорте-системный подход                      | 2            |
| 4         | 5         | Биотехнологии в спорте                                                             | 2            |
| 5         | 6         | Цифровые устройства в соревновательной подготовке циклических видов спорта         | 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 |
| Подготовка к зачету                           | ЭУМД №1 С. 3-23 ЭУМД №2 С. 5-100<br>ЭУМД №3 С. 5-120 ЭУМД №4 С. 4-170      | 4       | 46           |
| Подготовка к практическим занятиям и заданиям | ЭУМД №1 С. 3-23 ЭУМД №2 С. 5-100<br>ЭУМД №3 С. 125-340 ЭУМД №4 С. 4-170    | 4       | 43,75        |

## 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 | Семестр | Вид контроля             | Название контрольного мероприятия                                          | Вес | Макс. балл | Порядок начисления баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Учитывается в ПА |
|------|---------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1    | 4       | Промежуточная аттестация | Зачет                                                                      | -   | 5          | Зачет проходит в устной форме. Студент получает два вопроса из списка. На подготовку дается максимально 20 минут. 5 баллов - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, и правильно ответил на дополнительный вопрос. 4 балла - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, но не правильно ответил на дополнительный вопрос или верно ответил на один из двух вопросов и дал правильный ответ на дополнительный; 3 балла - ответил не полно на два вопроса, но ответил на дополнительный или ответил на один вопрос полно, на второй не полно, но ответил на дополнительный; 2 балла - ответил не полно на два вопроса и не ответил на дополнительный; 1 балл - ответил только на один вопрос не полно или ответил только на дополнительный вопрос. | зачет            |
| 2    | 4       | Текущий контроль         | Составление доклада с презентацией по предложенным темам                   | 1   | 12         | 3 балла - оформление презентации в PowerPoint с не менее 10 слайдов<br>1 балл - переводение презентации из PowerPoint в PDF<br>4 балла - презентование доклада по времени не менее 10 минут<br>4 балла - доклад соответствует теме                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | зачет            |
| 3    | 4       | Текущий контроль         | Расчет зон интенсивности с использованием инновационных цифровых устройств | 1   | 10         | 2 балла - прохождение тестирования в качестве исследуемого<br>2 балла - прохождение тестирования в качестве исследователя<br>2 балла - создание итогового протокола тестирования<br>2 балла - сравнить диапазонов зон интенсивности на различных тренажерах в диаграмме. Формирование вывода по результатам сравнения<br>2 балла - правильное определение АЭП и ПАНО                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | зачет            |

### 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

| Вид промежуточной аттестации | Процедура проведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Критерии оценивания                     |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| зачет                        | Зачет проводится в форме устного опроса. Студенту даются 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время подготовки не более 20 минут. После ответов на вопросы задается дополнительный вопрос. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. | В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения |

### 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

| Компетенции | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                       | № КМ |   |   |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---|---|
|             |                                                                                                                                                                                                                                                           | 1    | 2 | 3 |
| ПК-2        | Знает: уровень рекордных результатов соревновательной деятельности спортивных сборных команд по виду спорта                                                                                                                                               | +    | + | + |
| ПК-2        | Умеет: комплексно оценивать спортивный потенциал, уровень психологической устойчивости, стабильность результатов выступлений в течение предшествующего спортивного сезона, способность к предельной мобилизации в соревновательной обстановке спортсменов | +    | + | + |
| ПК-2        | Имеет практический опыт: управления соревновательной деятельностью спортивной сборной команды                                                                                                                                                             | +    | + | + |

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

*а) основная литература:*

Не предусмотрена

*б) дополнительная литература:*

Не предусмотрена

*в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:*

Не предусмотрены

*г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:*

1. Конспекты лекций по дисциплине "Инновационные технологии соревновательной подготовки спортсменов высокой квалификации"

*из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:*

1. Конспекты лекций по дисциплине "Инновационные технологии соревновательной подготовки спортсменов высокой квалификации"

**Электронная учебно-методическая документация**

| № | Вид литературы            | Наименование ресурса в электронной форме          | Библиографическое описание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---|---------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Дополнительная литература | Электронно-библиотечная система издательства Лань | СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ ТРЕНИРОВКИ И МОДЕЛИРОВАНИЯ ДОЛГОВРЕМЕННЫХ АДАПТАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ. [Электронный ресурс] / А.П. Исаев [и др.]. — Электрон. дан. // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. — 2013. — № 3. — С. 23-35.<br><a href="http://e.lanbook.com/journal/issue/296701">http://e.lanbook.com/journal/issue/296701</a> |
| 2 | Основная литература       | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Технология управления тренировочным процессом и соревновательной деятельностью юных хоккеистов на этапах многолетней спортивной подготовки : методические рекомендации / под редакцией Н. В. Павловой. — Омск : СибГУФК, 2018. — 108 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/142470">https://e.lanbook.com/book/142470</a>                                                                                                                                               |
| 3 | Основная литература       | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Бабушкин, Г. Д. Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к соревновательной деятельности : учебное пособие для вузов / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 348 с.<br><a href="https://e.lanbook.com/book/180799">https://e.lanbook.com/book/180799</a>                                                                                                                                                                  |
| 4 | Дополнительная литература | Электронно-библиотечная система издательства Лань | Инновационные технологии в профессиональной подготовке специалиста в сфере физической культуры и спорта: Материалы Международной научно-методической конференции (24-25 мая 2016 года) / под редакцией В. Н. Зайченко [и др.]. — Волгоград : ВГАФК, 2017. — 187 с.<br><a href="https://e.lanbook.com/book/158125">https://e.lanbook.com/book/158125</a>                                                                                                                 |

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:

Нет

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

| Вид занятий  | № ауд.  | Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий |
|--------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Практические | 302 (6) | Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор,                                                                                      |

|                                 |           |                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| занятия и семинары              |           | микрофон, колонки                                                                                                                                                                                                      |
| Практические занятия и семинары | ЛАМ (УСК) | Лыжный эргометр Ski-Erg, беговая инерционная дорожка Afr, аналитическая программа PerfPro Studio, беговой датчик мощности Stryd, датчики оксигенации мышц Моху, электронный тонометр, ноутбук, датчик пульса Polar H10 |
| Лекции                          | 103 (6)   | Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор, микрофон, колонки                                                                                                                                          |
| Самостоятельная работа студента | 1 (1)     | Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь. Зал с выходом в Интернет                                                                                                                  |
| Контроль самостоятельной работы | 205 (ДС)  | Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь.                                                                                                                                           |