

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе  
и цифровой трансформации  
Павлова А.В.  
« 07 » 06 2023 г.



**Аннотации**  
**рабочих программ дисциплин**

Направление подготовки  
**49.04.03 Спорт**

Направленность (профиль)  
Подготовка квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта

Форма обучения очная

Казань – 2023

<b>Индекс</b>	<b>Наименование дисциплины</b>	<b>Компетенции</b>	<b>Объем з.е.</b>
Б1.О.08	<b>Общая теория спорта и технология подготовки спортсмена</b>	УК-6 ОПК-1 ОПК-2 ОПК-3 ОПК-4 ОПК-5 ОПК-6 ОПК-10 ОПК-11	9

## **1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:**

**УК-6** – способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы её совершенствования на основе самооценки;

**ОПК-1** – способен планировать деятельность по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта;

**ОПК-2** – способен осуществлять отбор в спортивную сборную команду и в резерв;

**ОПК-3** – способен проводить групповые и индивидуальные тренировки с высококвалифицированными спортсменами, соответствующие специфике соревновательной деятельности;

**ОПК-4** – способен формировать воспитательную среду в процессе подготовки спортивного резерва;

**ОПК-5** – способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу;

**ОПК-6** – способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации;

**ОПК-10** – способен осуществлять организационное и психолого-педагогическое сопровождение соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов;

**ОПК-11** – способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений.

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

<b>Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности</b>	<b>Формируемые компетенции</b>
<b>Знания:</b>	
характеристик и механизмов процессов саморазвития и	УК-6

самореализации личности;	
возможных сфер и направлений профессиональной самореализации	УК-6
общих положений технологии планирования подготовительной и соревновательной деятельности спортсменов;	ОПК-1
- основных технологических процедур, обеспечивающие управление системой подготовки спортсмена; - основных закономерностей и принципов построения спортивной тренировки; - организации и структур подготовки спортсменов;	ОПК-1
технологии управления развитием спортивной формы в больших (олимпийских) циклах подготовки;	ОПК-1
- систем факторов, обеспечивающих эффективность соревновательной и тренировочной деятельности (отбор, кадровое, информационное, научно-методическое, медико-биологическое, материально-техническое, финансовое обеспечение, управление и организация процесса)	ОПК-1
- типовых (модельных) и авторских методик и технологии тренировочной работы со спортивными командами, профессиональными спортивными командами	ОПК-1
- критериев и подходов в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности;	ОПК-2
теоретических основ спортивного отбора и прогнозирования;	ОПК-2
- медицинских, возрастных и психофизиологических требований к кандидатам на зачисление в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации;	ОПК-2
модельных характеристик подготовленности и индивидуальные характеристики выдающихся спортсменов;	ОПК-2
- актуального уровня стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности, достигнутых профессиональными спортсменами.	ОПК-2
- градации и ведущую классификацию упражнений как средств подготовки спортсмена;	ОПК-3
- оправданных величин тренировочных и соревновательных нагрузок, достигнутые в спорте на различных стадиях и этапах многолетней тренировки, в том числе предельные тренировочные нагрузки;	ОПК-3
- концепций структуры тренировочного процесса;	ОПК-3
- специфики средств и методов подготовки, обусловленную возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями спортсменов;	ОПК-3
- современных методик спортивной тренировки;	ОПК-3
- методик обеспечения роста технического и тактического	ОПК-3

мастерства, функциональной и психологической подготовленности в спорте высших достижений;	
- методик обеспечения роста интеллектуальной подготовленности в области теории и методики спорта;	ОПК-3
- технологий принятия решений о состоянии спортсмена;	ОПК-3
- особенностей построения тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды;	ОПК-3
- современных методик мотивации и премирования сотрудников в междисциплинарной команде.	ОПК-3
- нормативных документов в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте;	ОПК-4
- социокультурного потенциала физической культуры и спорта;	ОПК-4
- современных социокультурных проблем наук о ФК и спорте, социальные и этические проблемы ФКиС;	ОПК-4
- передового опыта работы педагогов и других специалистов в области воспитания, лучшие проекты и программы в области воспитания;	ОПК-4
- ресурсного, организационного и методического обеспечения	ОПК-4
- концепций современного олимпизма и олимпийского образования, нормативные документы, регулирующие международное олимпийское движение, включая Олимпийскую хартию Международного олимпийского комитета;	ОПК-5
- сущности спорта, закономерности его развития и функционирования в обществе, структуру современного спортивного движения в мире;	ОПК-5
- основных принципов обобщения и распространения передового опыта тренерской деятельности.	ОПК-5
- проблематик основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической и др.) в процессе спортивной тренировки;	ОПК-6
- показателей эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации, спортивных сборных команд;	ОПК-6
- возможностей использования информационных технологий в спорте в качестве инструмента фиксации спортивного результата, в качестве тренировочных комплексов, с целью мониторинга состояния спортсмена;	ОПК-6
- теорий соревновательной деятельности и системы спортивных соревнований;	ОПК-10
- формальных процедур, необходимые для обеспечения	ОПК-10

участия спортивной сборной команды в официальных спортивных соревнованиях национального, регионального и местного уровня;	
- ключевых факторов результата спортсмена в спортивных соревнованиях и методы управления результатом;	ОПК-10
- методов психорегуляций для снижения уровня тревожности;	ОПК-10
- способов объективизации спортивного результата в конкретном соревновании;	ОПК-10
- требований ФС СП, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области ФКиС;	ОПК-11
- требований лицензирования и аккредитации организации, осуществляющей деятельность в области ФКиС;	ОПК-11
- технологий переработки практического и теоретического материала в методический;	ОПК-11
- видов и методик разработки оценочных средств в рамках компетентностного подхода и оценки квалификации;	ОПК-11
- основных объективных противоречий, существующие в различных направлениях и разделах спортивной практики, в том числе в общедоступном, профессиональном супердостиженческом и профессионально-коммерческом спорте.	ОПК-11
<b>Умения:</b>	
- формулировать цели профессионального и личностного развития, способы и пути достижения планируемых целей;	УК-6
- анализировать и сопоставлять результаты решения практических задач с поставленной целью самообразования, саморазвития, повышения квалификации и мастерства	УК-6
- ставить цели, выбирать конкретные средства, методы, приемы в отношении поставленных задач спортивной подготовки;	ОПК-1
- выбирать эффективные средства, методы и условия, позволяющие направленно воздействовать на развитие спортсмена, обеспечивая необходимую степень его готовности к спортивным достижениям;	ОПК-1
- проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям;	ОПК-1
- определять на каждом этапе подготовки цели и задачи спортивных сборных команд;	ОПК-1
- определять цели и задачи тренерской работы исходя из целей и задач спортивной сборной команды;	ОПК-1
- разрабатывать календарные планы с использованием методов сетевого планирования;	ОПК-1
- разрабатывать проекты в области спорта и науки,	ОПК-1

- диагностировать спортивные возможности индивидуума, оценивать перспективы достижения спортсменом результатов международного класса;	ОПК-2
- проводить методически обоснованный отбор в резерв спортивной сборной команды;	ОПК-2
- выявлять уровень подготовленности, потенциал, психофизические и волевые качества кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды;	ОПК-2
- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой кандидата на зачисление в резерв спортивной сборной команды;	ОПК-2
- определять требования к спортсменам, перспективным для зачисления в спортивную сборную команду;	ОПК-2
- планировать, координировать и контролировать работу по обеспечению централизованного отбора в спортивный резерв;	ОПК-2
- анализировать процесс централизованного отбора в спортивный резерв, в том числе применять методы оценки уровня и качества работы ответственных лиц по отбору в спортивный резерв.	ОПК-2
- использовать групповые формы принятия решений;	ОПК-3
- анализировать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд;	ОПК-3
- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных;	ОПК-3
- проводить тренировки в рамках структуры годичного цикла на основе комплексной программы подготовки;	ОПК-3
- моделировать соревновательную деятельность спортсмена с учетом технической, тактической, функциональной и психической подготовленности;	ОПК-3
- обучать спортсменов приемам и методам тренировок для достижения спортивного результата;	ОПК-3
- объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области спорта высших достижений устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;	ОПК-3
координировать работу персонала в междисциплинарной команде по реализации средних и долгосрочных комплексных программ подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд;	ОПК-3
- определять наиболее эффективные способы использования персонала по направлениям деятельности в процессе подготовки спортивного резерва и спортивных сборных	ОПК-3

команд;	
- определять наиболее эффективные способы использования материальных ресурсов.	ОПК-3
- определять наиболее эффективные средства и методы воспитательной работы с участниками спортивных сборных команд;	ОПК-4
- оценивать воспитательный потенциал мероприятий спортивной направленности;	ОПК-4
-создавать условия для повышении социальной и педагогической компетентности тренеров и родителей несовершеннолетних спортсменов;	ОПК-4
- проводить мероприятия, направленные на укрепление и сплочение трудового коллектива;	ОПК-4
- разрабатывать программы формирования спортивных целей и мотивированного поведения участников спортивной команды, профессиональной спортивной команды;	ОПК-4
- оценивать состояние морально-психологического климата в спортивной команде, предупреждать и разрешать конфликтные ситуации;	ОПК-4
- организовывать досуг и отдых спортсменов спортивной команды.	ОПК-4
- определять формы и способы размещения информации в периодических печатных и электронных средствах массовой информации, информационных агентствах» информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», в виде социальной наружной рекламы, информационных стендов, презентационных модулей, печатной, полиграфической и сувенирной продукции, фото-продукции, видеофильмов, аудиозаписей в сфере развития спорта на региональном (межрегиональном) уровне.	ОПК-5
- выполнять анализ тренировочной и соревновательной деятельности и выявлять причины её несовершенства;	ОПК-6
- применять методы оценки спортивных результатов, достигнутых спортсменом;	ОПК-6
- проводить статистический учет результатов тренировочного и соревновательного процессов;	ОПК-6
- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации;	ОПК-6
- составлять аналитические отчеты и записки по результатам анализа тренировочного и соревновательного процессов;	ОПК-6
- обосновывать рекомендации по совершенствованию организации тренировочного и соревновательного процессов;	ОПК-6

- разрабатывать рациональные варианты системы соревнований в различных условиях спортивной практики;	ОПК-10
- определять влияние изменения правил соревнований на подготовку спортсменов;	ОПК-10
- определять общую стратегию подготовки к соревнованиям (средства, методы тренировки, параметры тренировочных нагрузок, использование внутренировочных факторов);	ОПК-10
- осуществлять соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления на соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников; - разрабатывать программы формирования спортивных целей и мотивированного поведения участников спортивной сборной команды;	ОПК-10
- формировать фазовую структуру соревновательной деятельности спортсмена (предстартовая, собственно состязание, фаза последствий) и действий спортсмена, координировать действия команды; - проводить мониторинг уровня готовности спортсмена/спортивной команды к соревнованию;	ОПК-10
- разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки квалифицированных спортсменов;	ОПК-11
- разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях;	ОПК-11
- разрабатывать методические и учебные материалы в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов;	ОПК-11
- оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическим и методическим подходам к разработке и реализации программ спортивной подготовки;	ОПК-11
- составлять заключение по результатам экспертизы научно-методических и учебно-методических материалов в области спорта;	ОПК-11
- определять наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям и тренерам;	ОПК-11
- проводить аудит тренерской деятельности в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации;	ОПК-11
- разрабатывать техническое задание или программы консультационной поддержки ФСО и тренеров;	ОПК-11



- определять наиболее рациональный способ оказания консультационной поддержки в режиме дистанционной работы;	ОПК-11
- проводить индивидуальные или групповые консультации, лекции и семинары с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций.	ОПК-11
<b>Навыки и/или опыт деятельности:</b>	
Формирования навыков саморазвития и самореализации в профессиональной и других сферах деятельности	УК-6
- составления индивидуальных сводных перспективных, этапных, текущих планов подготовки и календаря соревнований квалифицированных спортсменов;	ОПК-1
- планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов;	ОПК-1
- анализа выступления спортсменов, входящих в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации по виду спорта, на основе посещения региональных тренировочных сборов, спортивных соревнований, отдельных физкультурно-спортивных организаций;	ОПК-2
- разработки программы контрольных мероприятий для подтверждения кандидатами на зачисление в состав спортивной сборной команды физкультурно-спортивного объединения/ общества, муниципального образования, субъекта Российской Федерации по ИВС контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.	ОПК-2
- проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами.	ОПК-3
- разработки концепции воспитательной работы спортивной команды;	ОПК-4
- проведения различных видов тренировочных занятий (фрагментов) по ИВС с квалифицированными спортсменами	ОПК-4
- проведения теоретических занятий по олимпийскому образованию, обеспечению соблюдения антидопинговых правил, выполнению предписаний организаций, осуществляющих допинг-контроль;	ОПК-5
- проведения сравнительного анализа результативности выступления отдельных спортсменов в спортивных соревнованиях;	ОПК-6
- оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений данных показателей для конкретного спортсмена;	ОПК-6
- анализа и разбор результатов выступлений спортсмена сборной команды Российской Федерации в спортивных	ОПК-10

соревнованиях;	
- выполнения со спортсменами анализа собственной соревновательной практики, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной;	ОПК-10
- разработки предложений по психолого-педагогическому сопровождению соревновательной деятельности квалифицированного спортсмена.	ОПК-10
- разработки практических рекомендаций по совершенствованию подготовки квалифицированных спортсменов по результатам собственных исследований;	ОПК-11
- проведения теоретических занятий по вопросам внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса, в том числе дистанционно	ОПК-11

### 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 и 2 курсе (1-3 семестров) очной формы обучения. Виды промежуточной аттестации – зачет/ экзамен.

### 4. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		1	2	3	
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	<b>82</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	
В том числе:					
Лекции	24	8	10	6	
Семинары	58	18	20	20	
Практические занятия					
Лабораторные работы					
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)			зачёт	экзамен	
Контроль	27			27	
Самостоятельная работа студента	<b>21</b> <b>5</b>	<b>82</b>	<b>78</b>	<b>55</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>324</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>