

Министерство просвещения РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Армавирский государственный педагогический университет»

Научно-исследовательский институт развития образования



Утверждаю  
Проректор  
по научно-исследовательской  
и инновационной деятельности  
ФГБОУ ВО «АГПУ»

 Ю.П. Ветров

« 10 » 02 2021 г.

ПРИНЯТО  
Ученым советом  
ФГБОУ ВО «АГПУ»  
протокол № 2 от « 10 » 02 2021 г.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Совершенствование методического и учебно-тренировочного процесса  
в спортивно-образовательных учреждениях и ДЮСШ»

Армавир, 2021

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации  
рекомендована Ученым советом НИИРО  
протокол № 6 от «9» 02 2021 г.

РУКОВОДИТЕЛЬ И РАЗРАБОТЧИК ДПП:

Старший преподаватель  
кафедры физической культуры и  
медико-биологических дисциплин  
ФГБОУ ВО  
«Армавирский государственный  
педагогический университет»



И.В. Кондратюк

РЕЦЕНЗЕНТ:

Директор МБУ ДО ДЮСШ по легкой атлетике  
г. Армавир



Н.Н. Григорьев

### 1. Цель реализации образовательной программы.

Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Совершенствование методического и учебно-тренировочного процесса в спортивно-образовательных учреждениях и ДЮСШ» является осуществление образовательной деятельности, направленной на совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в системе дополнительного образования и повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

### 2. Планируемые результаты обучения.

При разработке программы повышения квалификации, планируемые результаты обучения были определены на основе ФГОС ВО 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19.09.2017 г. N 940 и профессионального стандарта «Тренер», утвержденный приказом Минтруда и социальной защиты РФ от 28.03.2019 № 191н.

Таблица 1. Сопоставление описания квалификации в профессиональном стандарте с требованиями к результатам подготовки по ФГОС ВО.

Профессиональный стандарт «Тренер»	ФГОС ВО 49.03.01. Физическая культура
<b>Выбранные для освоения обобщенные трудовые функции</b> С. Подготовка занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	<b>Виды профессиональной деятельности</b> Тренерский
<b>Трудовые функции</b> С/03.6 Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико – тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки С/04.6 Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	<b>Профессиональные компетенции</b> ПК-1 Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико – тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки и методов ее реализации с требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки

Таблица 2. Планируемые результаты обучения программы повышения квалификации

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): тренер			
Виды деятельности: дополнительное образование детей			
Имеющиеся компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
ПК-1 Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технику – тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки и методов ее реализации с требованиями ФГОС	Проведение тренировочного процесса, предусмотренного планами спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и тренировочного процесса	1. Развивать у занимающихся необходимые двигательные умения и навыки, двигательную обучаемость, спортивные важные для вида спорта двигательные и психические качества с учетом сенситивных периодов развития физических качеств 2. Использовать эффективные для вида спорта (группы спортивных дисциплин) методики спортивной подготовки, задействовать упражнения узкоспециализированной направленности. 3. Вести отчетную документацию по проведению спортивной подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).	1. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. 2. Теорию и методику спортивной тренировки в виде спорта. 3. Программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин). 4. Порядок составления отчетной документации по проведению спортивной подготовки на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 4. Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин).

### 3. Учебный план.

№	Тема	Всего	Лекции	Самостоятельная работа	Контроль
1.	Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта	10	6	8	
2.	Федеральные стандарты спортивной подготовки по олимпийским и неолимпийским видам спорта	10	6	8	
3.	Психолого-педагогическое сопровождение занятий спортом	10	6	8	
4.	Личность и содержание деятельности спортивного тренера	10	6	8	
5.	Методические и практические основы игровых и неигровых видов спорта	10	6	8	
6.	Итоговая аттестация	2			2
	Всего:	72	30	40	2

### 4. Календарный учебный график.

Образовательный процесс начинается в сроки, предусмотренные договором.

№ п/п	Сроки проведения	Формы работы
1	1 неделя	Изучение теоретического и практического материала
2	2 неделя (1-5 день)	Изучение теоретического и практического материала
3	2 неделя (6 день)	Выполнение тестового задания

### 5. Рабочие программы учебных дисциплин.

#### 1. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта.

Государственная политика в области физической культуры, спорта и олимпийского движения в РФ. Нормативно-правовая компетентность тренера-преподавателя в содержании профессионального стандарта педагога дополнительного образования. Нормативно-правовые основы организации и проведения спортивных соревнований. Нормативно-правовые основы разработки программно-методического обеспечения деятельности тренера-преподавателя. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера, тренера-преподавателя. Международные законодательные акты и федеральные законы по защите прав и свобод ребенка.

**2. Федеральные стандарты спортивной подготовки по олимпийским и неолимпийским видам спорта.** Федеральные стандарты и требования спортивной подготовки по олимпийским и неолимпийским видам спорта. Профессиональные аспекты деятельности тренеров, тренеров-преподавателей ДЮСШ и СДЮСШОР в условиях реализации федеральных стандартов спортивной подготовки.

**3. Психолого-педагогическое сопровождение занятий спортом.** Особенности психологического развития лиц, занимающихся физкультурой и спортом на профессиональном уровне. Психологические основы технической и тактической подготовки в спорте. Организация занятий физической культурой с учетом индивидуально-психологических и возрастных особенностей занимающихся. Психологические основы отбора в спорте: виды, критерии и технологии. Психолого-

педагогические аспекты развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности. Способы поддержки интереса детей к различным видам спорта.

**4. Личность и содержание деятельности спортивного тренера.** Личность и содержание деятельности спортивного тренера. Разработка и реализация программ спортивной подготовки на основе федеральных стандартов. Разработка и реализация программ спортивной подготовки на основе федеральных требований. Разработка и реализация дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт как средство реабилитации инвалидов.

**5. Методические и практические основы игровых и неигровых видов спорта.** Методические особенности проведения занятий: практический инструментарий. Организация и методика проведения занятий. Физкультура и спорт: оказание первой медицинской помощи. Методические и практические основы игровых видов спорта. Методические и практические основы неигровых видов спорта.

## **6. Организационно-педагогические условия.**

**6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.**

Реализацию образовательного процесса по программе повышения квалификации «Совершенствование методического и учебно-тренировочного процесса в спортивно-образовательных учреждениях и ДЮСШ» обеспечивают педагогические работники из числа профессорско-преподавательского состава ФГБОУ ВО «АГПУ», а также ведущие специалисты и практики в данной сфере деятельности.

**6.2. Требования к материально-техническим условиям.**

Лекционная аудитория, оснащенная проектором, экраном, компьютером.

**6.3. Требования к информационным и учебно-методическим условиям.**

*Список рекомендуемой литературы:*

1. Братановский С.Н. Административно-правовое регулирование организации и деятельности общественных спортивных объединений в России [Электронный ресурс]: монография/ Братановский С.Н., Майстровой В.В., Вулах М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Электронно-библиотечная система IPRbooks, 2012.— 222 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9002.html>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Волков Н.И. Эргогенные эффекты спортивного питания [Электронный ресурс]: научно-методические рекомендации для тренеров и спортивных врачей/ Волков Н.И., Олейников В.И.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2012.— 100 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16839.html>.— ЭБС «IPRbooks».

3. Годик М.А. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Годик М.А., Скородумова А.П.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2010.— 336 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9861.html>.— ЭБС «IPRbooks».

4. Дубов А.М. Методика формирования профессиональной компетентности спортивного агента [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для студентов, тренеров, спортивных агентов и заинтересованных лиц, ориентированных на профессионализацию в системе агентского сопровождения спортсмена на этапах развития его спортивной карьеры/ Дубов А.М., Кузьменко Г.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский педагогический государственный университет, 2015.— 72 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70004.html>.— ЭБС «IPRbooks».

5. Кузьменко Г.А. Интеллектуальное воспитание подростка-спортсмена как средство повышения его конкурентоспособности в спортивной деятельности [Электронный ресурс]: дополнительная профессиональная программа (повышения квалификации) для тренеров детско-юношеских спортивных школ и учителей физической культуры, реализующих программы секционных занятий по избранным видам спорта/ Кузьменко Г.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский педагогический государственный университет, 2015.— 120 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70001.html>.— ЭБС «IPRbooks».

6. Махов С.Ю. Управление спортивной тренировкой в избранном виде спорта [Электронный ресурс]: дополнительная профессиональная программа/ Махов С.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017.— 28 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73257.html>.— ЭБС «IPRbooks».

#### 6.4. Общие требования к организации образовательного процесса.

При реализации программы используются различные образовательные технологии, в том числе текстовые образовательные технологии. Реализация образовательной программы построена на модульном принципе представления содержания образовательной программы.

Местом обучения является ФГБОУ ВО «АГПУ».

Обучение по программе осуществляется на основе договора об образовании, заключаемого со слушателем и (или) с физическим или юридическим лицом, выступающим заказчиком и обязующимся оплатить обучение лица, зачисляемого в состав слушателей.

#### **7. Формы аттестации и оценочные материалы.**

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования. Контрольно-измерительные материалы представлены в виде тестовых заданий.

##### *Тестовые задания*

1. Документами, регламентирующими содержание образования по предмету «Физическая культура и спорт» являются:

- а) базисный учебный план
- б) план-конспект учебно-тренировочного занятия
- в) обязательный минимум содержания образования по предмету «Физическая культура и спорт»
- г) дневник учащегося
- д) рабочая тетрадь по предмету «Физическая культура и спорт»

2. Федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта является:

- а) Государственный комитет по физической культуре и спорту
- б) Министерство спорта Российской Федерации (Минспорт России)
- в) Управление по физической культуре и спорту
- г) Министерство спорта, туризма и молодежной политики

3. Согласно закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» принято выделять следующие основные категории спортсменов

- а) 33% спортсмены-любители

- б) спортсмен международного класса
- в) начинающий спортсмен
- г) 33% спортсмены-профессионалы»
- д) 33% спортсмены высокого класса

4. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» был принят:

- а) 1993 год
- б) 1995 год
- в) 1999 год
- г) 2007 год

5. Определите статус Национального олимпийского комитета РФ:

- а) является неправительственным органом
- б) находится в подчинении в Министерстве спорта, туризма и молодежной политики РФ
- в) находится в подчинении исполнительного органа РФ (правительства РФ)
- г) находится в подчинении Министерства спорта и туризма

6. Процесс отбора состоит из следующих этапов:

- а) предварительный, текущий, оперативный, заключительный
- б) первичного отбора (начального), вторичного отбора (углубленного), спортивной ориентации, отбора в сборной команды
- в) начальный, перспективный, итоговый
- г) перспективный, текущий, итоговый

7. Методы спортивного отбора:

- а) педагогические, медико-биологические, психологические, социологические
- б) экономические, политические, математические, кибернетические
- в) педагогические, медико-биологические, экономические, социальные
- г) индуктивные, дедуктивные, репродуктивные, конструкционные

8. В обобщенную базовую модель спортсмена входят:

- а) соревновательная модель, модель мастерства, модель спортивных возможностей
- б) организационная модель, педагогическая модель, проекционная модель
- в) психологическая модель, морфофункциональная модель, социологическая модель
- г) психологическая модель, соревновательная модель, педагогическая модель

9. Какие показатели (модельные характеристики) включают в себя модель спортивных возможностей?

- а) показатели технической подготовленности
- б) показатели функциональной подготовленности
- в) показатели тактической подготовленности
- г) показатели технико-тактической подготовленности

10. Какими показателями характеризуется модель мастерства?

- а) возраста и спортивного стажа
- б) физического развития
- в) физической, технической, тактической подготовленности
- г) интегральной, технической, тактической подготовленности

11. Какими показателями характеризуется соревновательная модель?

- а) специальной физической подготовленности



- б) функциональной подготовленности
- в) соревновательной деятельности
- г) психофизиологическими показателями

12. Работа тренера в подготовке спортивных резервов оценивается по:

- а) организационным характеристикам
- б) оценкам руководителей спортивных школ
- в) соответствию показателей модельным требованиям на этапах многолетней подготовки
- г) по результатам соревнований

13. Подготовка сборных команд спортсменов высших разрядов строится по:

- а) четырехгодичным циклам
- б) двухгодичным циклам
- в) одногодичным циклам
- г) трехгодичным циклам

14. Внеклассная физкультурно-спортивная работа в школе планируется:

- а) на два года
- б) на четыре года
- в) на один год
- г) на четверть

15. Критериями оценки работы СДЮШОР и УОР являются:

- а) подготовка спортсменов массовых разрядов
- б) подготовка высококвалифицированных спортсменов
- в) подготовка спортсменов МС, КМС, 1, 2 и 3 разрядов
- г) подготовка тренеров по видам спорта

16. В чем проявляется специфика видов спорта?

- а) эстетическими свойствами присущими виду спорта
- б) характером деятельности спортсмена, способом достижения спортивного результата
- в) зрелищной ценностью вида спорта
- г) оздоровительной ценностью вида спорта

17. Какая в среднем продолжительность подготовки спортсменов для выполнения массовых спортивных разрядов?

- а) от 2-х до 3 лет
- б) от 4 до 5 лет
- в) от 5 до 7 лет
- г) от 7 до 9 лет

18. Продолжительность подготовки спортсменов до уровня высших спортивных достижений:

- а) 12-14 лет
- б) 7-9 лет
- в) 3-5 лет
- г) 2-4 лет

19. Какими признаками характеризуется соревновательная деятельность?

- а) способностью проявления возможностей человека
- б) унификацией состава действий, условий их выполнения и способов оценки достижений

- в) способностью проявления физических и технических качеств в состязаниях
- г) способностью проявления волевых качеств в состязаниях

20. Объектом прогнозирования в многолетней подготовке спортсменов является:

- а) уровень развития физических качеств
- б) уровень развития технической и тактической подготовки
- в) спортивный результат
- г) уровень функциональных способностей организма спортсмена

21. Подготовка спортсмена включает в себя:

- а) физическое воспитание, общекондиционную тренировку
- б) специализированную физическую подготовку
- в) спортивную тренировку, спортивные состязания, факторы дополняющие тренировку
- г) соревновательную деятельность

22. В чем заключается особенности подготовки спортсменов высших разрядов?

- а) в увеличении объема и интенсивности объема и интенсивности тренировочных нагрузок
- б) в увеличении объема физической нагрузки и соревновательной деятельности
- в) в использовании комплекса мероприятий узкоспециализированных средств и методов подготовки
- г) в использовании фармакологических средств повышения работоспособности

23. Отбор в спорте это:

- а) системы организационно-методических мероприятий комплексного характера, направленных на выявление одаренных спортсменов
- б) система организационно-методических мероприятий, направленных на подготовку спортсменов
- в) система организационно-методических мероприятий, направленных на выявление сильнейших спортсменов
- г) система организационно-методических мероприятий, направленных на выявление слабейших спортсменов

24. Ориентация в спорте это:

- а) система организационно-методических мероприятий, направленных на определение пригодности спортсмена к занятиям спортом
- б) система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации спортсмена в разных видах спорта
- в) система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации спортсмена в определенном виде спорта
- г) система организационно-методических мероприятий, направленных на определение перспективности спортсмена

25. Спортивная секция это:

- а) выявление лучших спортсменов
- б) периодический отбор лучших спортсменов и отсеивание неперспективных
- в) выбор лучших вариантов подготовки спортсмена
- г) выявление любимого вида спорта