

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»**

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ФКиС

Гуцу В.Ф.

*«09» сентября 2021 г.*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине:

**«Комплексный контроль в спорте»**

на 2021-2022 учебный год

Направление подготовки

**7.49.04.03. Спорт**

Профиль подготовки

**Технологии спортивной подготовки**

Квалификация (степень)

**Магистр**

Форма обучения

**(очная, очно-заочная)**

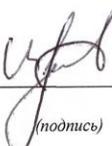
Год набора **2021**

Тирасполь, 2021 г.

Рабочая программа дисциплины «Комплексный контроль в спорте», разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению подготовки 7.49.04.03 «Спорт», основной профессиональной образовательной программой и учебного плана по профилю подготовки «Технологии спортивной подготовки».

Составители рабочей программы:

Зав. кафедрой «ЛАВВСиТ», к.п.н., профессор  
Сильевич



(подпись)

Деркаченко Иван Ва-

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры  
«Легкая атлетика, водные виды спорта и туризм»

« 03 » сентября 2024 г. протокол № 1  
номер протокола

Зав. выпускающей кафедрой, к.п.н., профессор

« 03 » сентября 2024 г.



Деркаченко И.В.

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Комплексный контроль в спорте» является оптимизация процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов на основе оценки различных сторон их подготовленности и функциональных возможностей важнейших систем организма.

Задачами освоения дисциплины «Комплексный контроль в спорте» являются детальное овладение магистрантами комплексом знаний, умений и навыков, которые позволяют им успешно самостоятельно реализоваться в педагогической и организационной деятельности тренера по избранному виду спорта, а именно:

- Овладение методами контроля уровня технико-тактической и физической подготовленности спортсменов в различных видах спорта (особенности выступления в соревнованиях, динамика спортивных результатов, структура и содержание тренировочного процесса);

- Овладение методами социально-психологического контроля (особенности личности спортсмена, психологическое состояние и подготовленность, общий микроклимат и условия тренировочной и соревновательной деятельности)

- Овладение методами медико-биологического контроля (оценка состояния здоровья, возможностей функциональных систем организма, несущих основную, нагрузку в тренировочной и соревновательной деятельности).

### 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Комплексный контроль в спорте» находится в вариативной части «Дисциплины по выбору». Индекс дисциплины в учебном плане Б1.В.ДВ.01.01 Для освоения дисциплины, необходимы знания, умения и компетенции, полученные при изучении соответствующих дисциплин основной образовательной программы магистра по направлению подготовки 7.49.04.03 «Спорт» профиль «Технологии спортивной подготовки».

## 2. Требования к результатам освоения дисциплины:

*Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций приведенных в таблице ниже*

Категория (группа) компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
<b>Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения</b>		
Контроль и анализ	ОПК-6 способен обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе мониторинга и анализа собранной информации	ИД-2ОПК-6, Знает: теоретические и научные основы тренировочного процесса и соревновательной деятельности ИД-2ОПК-6, Умеет: обосновывать повышение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации ИД-3ОПК-6, Владеет: навыками проведения мониторинга и анализа собранной информации
<b>Профессиональные компетенции и индикаторы их достижения</b>		

	ПК -3 Способен вести учет, контроль, анализ спортивных результатов и вносить корректировку в подготовку спортсменов (спортивной командой)	ИД-1ПК-3Знает: основы контроля, анализа и учета спортивных результатов в спорте высших достижений ИД-2ПК-3Умеет: вести учет, контроль, анализ спортивных результатов и вносить корректировку в подготовку высококвалифицированных спортсменов (спортивной команды) ИД-3ПК-3Владеет: навыками контроля, анализа и учета спортивных результатов в спорте высших достижений
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### 4. Структура и содержание дисциплины

##### 4.1. Распределение трудоемкости в з.е./часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам:

###### Очное отделение:

Семестр	Трудоемкость, з.е./часы	Количество часов					Самостоятельная Работа (СР)	Форма контроля
		В том числе						
		Аудиторных						
		Всего	Лекций (Л)	Практических Занятий (ПЗ)	Лабораторных Занятий (ЛЗ)			
I	2/72	24	6	18	-	48	Зачет	
<b>Итого:</b>	<b>2/72</b>	<b>24</b>			-	<b>48</b>		

###### Очно-заочное отделение:

Семестр	Трудоемкость, з.е./часы	Количество часов					Самостоятельная Работа (СР)	Форма контроля
		В том числе						
		Аудиторных						
		Всего	Лекций (Л)	Практических Занятий (ПЗ)	Лабораторных Занятий (ЛЗ)			
V	2/72	24	6	18	-	48	Зачет 1	
<b>Итого:</b>	<b>2/72</b>	<b>24</b>	-	-	-	<b>48</b>	<b>Зачет 1</b>	

##### 4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				Внеаудиторная самостоятельная работа
		Всего	Аудиторная работа			
			Л	ПЗ	ЛР	

		о/з	д/о	о/з	д/о	о/з	д/о	о/з	д/о	о/з	д/о
<b>1.</b>	Состояние спортсмена. Модельные характеристики спортсмена. Тренировочные эффекты.	36	36	3	3	9	9	-	-	24	
<b>2.</b>	Разновидности контроля. Разновидности комплексного контроля.	36	36	3	3	9	9	-	-	24	
	Форма контроля (зачет)	1	1								
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>48</b>	

### 4.3. Тематический план по видам учебной деятельности

#### Лекции

№ п/п	Номер раздела дисц.	Объем часов		Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
		о/з	д/о		
<b>Состояние спортсмена. Модельные характеристики спортсмена. Тренировочные эффекты.</b>					
1	1	2	2	Состояние спортсмена: оперативное состояние; текущее состояние; этапное состояние; подготовленность спортсмена; тренированность.	
2	1	1	1	Модельные характеристики спортсмена. Тренировочные эффекты: срочный тренировочный эффект; отставленный тренировочный эффект; кумулятивный тренировочный эффект; частный тренировочный эффект.	
	<b>Итого по разделу</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		
<b>Разновидности контроля. Разновидности комплексного контроля.</b>					
3	2	2	2	Разновидности контроля: этапный контроль; текущий контроль; оперативный контроль.	
4	2	1	1	Разновидности комплексного контроля (использования показателей педагогических, социально-психологических и медико-биологических данных): контроль за подготовкой спортсмена (команды); педагогический контроль; биомеханический контроль; ежемесячное обследование; этапные комплексные обследования; углублённые медицинские обследования.	
	<b>Итого по разделу</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		
	<b>ИТОГО</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		

#### Практические занятия

№ п/п	Номер раздела дисц.	Объем часов		Тема практических занятий	Учебно-нагляд. пособия
		о/з	д/о		
<b>Состояние спортсмена. Модельные характеристики спортсмена. Тренировочные эффекты.</b>					
1	1	3	3	Этапы спортивного отбора.	
2	1	3	3	Индивидуальные особенности юных спортсменов на этапах многолетней подготовки.	
3	1	3	3	Этапный, текущий и оперативный контроль в подготовке юных спортсменов.	
4	1	3	3	Контрольные нормативы при отборе детей при занятии спортом и определение потенциальных возможностей спортсменов.	
5	1	3	3	Модельные характеристики спортсмена.	
	<b>Итого по разделу</b>	<b>9</b>	<b>9</b>		
<b>Разновидности контроля. Разновидности комплексного контроля.</b>					
6	2	4	4	Основы комплексного контроля в спортивных школах.	
7	2	4	4	Контрольные упражнения по физической подготовке на этапах начальной спортивной специализации и углубленной тренировки.	
	<b>Итого по разделу</b>	<b>9</b>	<b>9</b>		
	<b>ИТОГО</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		

### Самостоятельная работа

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид самостоятельной работы обучающегося	Трудоемкость (в часах)	
			д/о	о/з
Раздел 1	1	Тренировочные эффекты и их виды.	4	4
	2	Разновидности контроля в спорте	4	4
	3	Контроль в соревновательной деятельности.	4	4
	4	Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок.	4	4
	5	Контроль психологической подготовленности.	4	4
	6	Контроль тактической подготовленности.	4	4
<b>Итого по 1 разделу часов</b>			<b>24</b>	<b>24</b>
Раздел 2	1	Контроль технической подготовленности.	4	4
	2	Спортивно-педагогические методы оценки аэробных и анаэробных возможностей спортсменов.	4	4
	3	Контроль мощности, подвижности и емкости аэробных процессов.	4	4
	4	Контроль экономичности.	4	4
	5	Целостная оценка выносливости спортсменов.	4	4
	6	Контроль подвижности в суставах.	4	4
<b>Итого по 2 разделу часов</b>			<b>24</b>	<b>24</b>
<b>ВСЕГО</b>			<b>48</b>	<b>48</b>

#### 5. Примерная тематика курсовых проектов (работ) (не предусмотрено)

#### 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

##### 6.1. Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол-во экземпляров	Электронная версия	Место размещения электронной версии
	<b>Основная литература</b>					
1	Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература,	Платонов В.Н.	2004	-----		Каф. «ЛАВВСиТ»
2	Настольная книга: Наука побеждать/ Н.Г.Озолин. - М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат	Озолин Н.Г.	2011	-----		Каф. «ЛАВ-ВСиТ»
3	Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов	В. Г. Никитускин	2013			<a href="http://sportfiction.ru/">http://sportfiction.ru/</a>
4	Многолетняя подготовка юных спортсменов	В. Г. Никитускин	2010			<a href="http://sportfiction.ru/">http://sportfiction.ru/</a>

## **6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

1. <http://lib.sportedu.ru/>
2. <http://teorya.ru/>
3. <http://www.infosport.ru/>

## **6.3. Методические указания и материалы по видам занятий (нет).**

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

Университет имеет современную информационную базу, обеспечивающую возможность оперативного получения и обмена информацией с отечественными и зарубежными вузами, предприятиями и организациями.

Компьютеризация учебного процесса обеспечивается в учебном компьютерном зале с выходом в интернет.

## **8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:**

Основными формами аудиторных занятий являются лекционные и практические занятия. Основные образовательные технологии - педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности обучающихся (активные методы обучения), интерактивные технологии (дискуссия, проблемные семинары).

Содержание занятий направлено на овладение профессиональными компетенциями для осуществления спортивного отбора и планирования деятельности по подготовке спортивного резерва и спортивных сборных команд в избранном виде спорта.

## **9. Технологическая карта дисциплины (нет).**