

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Введение в теорию спорта»**

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»
Направленность (профиль) «Спортивная тренировка»
Учебный план 2026 года

Ставрополь, 2026

Содержание

Предисловие	4
Тема 1. Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта	5
Тема 2. Спорт, категории спорта, социальные функции спорта	6
Тема 3. Основные направления в развитии спортивного движения	8
Тема 4 Классификация видов спорта	10
Тема 5. Система спортивных соревнований	13
Тема 6. Классификация соревнований в избранном виде спорта.	17
Тема 7. Структура соревновательной деятельности	21
Тема 8 Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности	23
Тема 9. Основные понятия видов спортивной подготовки	25

ВВЕДЕНИЕ

Учебно-методическое пособие «Введение в теорию спорта» разработано в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль): Спортивная тренировка.

Целью освоения дисциплины «Введение в теорию спорта» является формирование набора профессиональных компетенций будущего бакалавра по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», направленность (профиль) «Спортивная тренировка» и квалификации выпускника - бакалавр

Учебно-методическое пособие содержит программный материал, способствующий систематизации системы знаний, активизации познавательной и практической деятельности студентов по дисциплине «Введение в теорию спорта», способности осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4). В результате освоения дисциплины должен знать компоненты структуры соревновательной деятельности и факторы, обуславливающие ее эффективность, уметь анализировать факторы, влияющие на эффективность соревновательной деятельности в избранном виде спорта, владеть навыками управления деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта.

Пособие содержит программный материал для практических занятий, вопросы для обсуждения, требования к контролю сформированности компетенций, список рекомендуемой литературы.

Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Введение в теорию спорта» содержат программный материал для практических занятий, вопросы для обсуждения, требования к контролю сформированности компетенции, список рекомендуемой литературы.

Дисциплина изучается 5 семестре на очной форме обучения и в 7 семестре на - заочной и должна вооружить студентов системой специальных знаний об основных категориях спорта, классификаций видов спорта, о системе соревновательной деятельности, классификаций соревнований, об организации и поведения соревнований, современных тенденций развития спорта, позволяющих успешно осуществлять профессиональную деятельность.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компетенциями:

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-4 Способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов	ИД-1 _{ПК-4} Демонстрирует знания компонентов структуры соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность.	Знает и факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности, а также средства и методы видов спортивной подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта.
	ИД-2 _{ПК-4} Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта	Умеет анализировать факторы, влияющие на эффективность соревновательной деятельности в избранном виде спорта
	ИД-3 _{ПК-4} Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта	Владеет навыками организации спортсменов в соревнованиях и управления их соревновательной деятельностью избранном виде спорта.

Учебно-методическое пособие по дисциплине ««Введение в теорию спорта»» содержит учебные задания для подготовки студентов к практическим занятиям, методические рекомендации, позволяющие ориентироваться в многообразии учебного и научного материала. Тематика заданий соответствует содержанию ФГОС ВО бакалавриата направление подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка».

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта

Цель: формирование системы знаний о построении спортивной подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о структуре профессиональной деятельности тренера, сферах приложения труда, структуре педагогических способностей.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о профессиональных знаниях, умениях и навыках тренера.

Теоретическая часть.

Тренер должен обладать разносторонними профессиональными знаниями и навыками. Знать методику спортивной тренировки, технику, тактику, правила своего вида спорта, физиологию, анатомию, биохимию, спортивную медицину, психологию, педагогику, владеть компьютерными технологиями. Макаренко говорил, что ученики простят своему учителю и строгость, и сухость, но не простят плохого знания своего дела.

Основной предпосылкой педагогического мастерства тренера является наличие педагогических способностей. В структуру педагогических способностей входят следующие:

- перцептивные способности;
- конструктивные и проектировочные способности;
- дидактические способности;
- экспрессивные способности;
- коммуникативные способности;
- организаторские способности;
- академические способности.

Профессиональная деятельность тренера включает в себя:

- ~ непосредственное управление процессом подготовки;
- ~ повышение личной квалификации;
- ~ спортивный отбор и решение организационных вопросов;
- ~ подготовку к участию в соревнованиях, организацию и проведение соревнований;
- ~ планирование, контроль, учет.

Таков перечень задач, к решению которых должен быть готов специалист, избравший для себя тренерскую профессию и поставивший себе целью создание профессиональной системы подготовки спортсменов

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Охарактеризуйте перцептивные способности тренера.
2. Охарактеризуйте конструктивные и проектировочные способности тренера
3. Охарактеризуйте дидактические способности тренера
4. Охарактеризуйте экспрессивные способности тренера
5. Охарактеризуйте коммуникативные способности тренера
6. Охарактеризуйте организаторские способности тренера
7. Охарактеризуйте академические способности тренера

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

1. Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
2. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

Тема 2. Спорт, категории спорта, социальные функции спорта

Цель: формирование основных понятий спорта и его социальных функций

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о основных понятиях спорта, о значении спорта в развитии личности и общества и специфических функциях спорта.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о влиянии спорта на личность и общество.

Теоретическая часть. Социальная значимость спорта состоит в том, что он представляет собой совокупность наиболее эффективных средств и методов физического, эстетического и этического воспитания, одну из основных форм подготовки человека к активной жизнедеятельности и удовлетворения духовных запросов личности и общества, расширяет взаимопонимание и сотрудничество между народами и странами.

Спорт возник на заре нашей цивилизации. В древней Греции возникли и получили большую популярность спортивные состязания и спортивные игры. Спортивных игр тогда было много – немейские, пифийские, дельфийские, но самыми популярными были Олимпийские игры, которые превратились в явление общекультурного масштаба.

Затем произошло нечто необъяснимое – из спорта исчез элемент состязаний, спорт стал приятным досугом, забавой, удовольствием и развлечением. Он как бы стал деталью народных праздников. И до конца XVIII века спорт рассматривался главным образом как время провождение и развлечение. Спорт в современном его понимании получил распространение во всем мире только в течение XIX-XX вв. В настоящее время он занял такое место в жизни общества, которое он не занимал никогда в истории человечества.

В научном плане «спорт» рассматривают в узком и широком значениях.

Спорт в узком смысле слова – это собственно соревновательная деятельность, направленная на достижение наивысших результатов.

Достижение высоких результатов невозможно без хорошей системы подготовки спортсмена, которая осуществляется на различных уровнях, начиная от спортивного коллектива и заканчивая соревнованиями различного международного уровня. Поэтому спорт в широком понимании, представляет собой собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, специфические межличностные отношения, поведенческие нормы и результаты, достигнутые в процессе этой деятельности.

Ядро спорта составляет специфическая соревновательная деятельность, проходящая по определенной форме, правилам и способам оценки.

Таким образом, спорт – это исторически сложившаяся сфера деятельности развития, выявления и сравнения возможностей человека в борьбе за наивысшие спортивные достижения (результаты).

Однако спорт нельзя сводить только к соревновательной деятельности, он имеет более глубокий смысл. Это обусловлено социальной сущностью и назначением спорта в нашем обществе. В настоящее время не вызывает сомнений факт вовлечения государства в спорт. Причины этого вовлечения весьма разнообразны. В их основе лежит удовлетворение и развитие определенных потребностей личности и общества. В этой связи выделяют специфические (свойственные только спорту) и общие функции спорта.

Под функциями спорта понимают присущие ему свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества.

К специфическим функциям относят:

- ~ соревновательно-эталонную (эталонную);
- ~ эвристически-достиженческую (эвристически-прогностическую).

К общим, относят функции спорта, имеющие социально-общественное значение:

- ~ оздоровительно-рекреативная (спортивно-оздоровительная);
- ~ эмоционально-зрелищная (зрелищная, эстетическая);
- ~ социализации личности и социальной интеграции;
- ~ коммуникативная;
- ~ экономическая;
- ~ личностно-нравственного воспитания, обучения и развития (воспитательная).

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Охарактеризуйте соревновательно-эталонную функцию спорта.
2. Охарактеризуйте эвристически-прогностическую функцию спорта.
3. Охарактеризуйте спортивно-оздоровительную функцию спорта.
4. Охарактеризуйте эстетическую функцию спорта
5. Охарактеризуйте коммуникативную функцию спорта.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической

культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с.
экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

3. Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено

4. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено

5. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

Тема 3. Основные направления в развитии спортивного движения

Цель: формирование знаний о направлениях в развитии спортивного движения: массовом спорте и спорте высших достижений

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о массовом спорте и спорте высших достижений.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о направлениях в развитии спортивного движения.

Теоретическая часть. Спорт функционирует и развивается по двум основным направлениям:

- ~ массовый общедоступный спорт;
- ~ спорт высших достижений.

Массовый общедоступный спорт – это спорт, направленный на повышение уровня физической подготовленности населения, сохранение, развитие здоровья и работоспособности, а также служащий средством активного отдыха включает в себя:

- ~ школьный и студенческий;
- ~ профессионально-прикладной;
- ~ рекреативный;

~ кондиционный;
~ ветеранов;
~ спорт инвалидов.

Спорт высших достижений — деятельность, направленная на достижение высоких спортивных результатов, которые получают признание в обществе, на повышение как собственного престижа, так и престижа команды, а на высшем уровне — престижа Родины.

Достижения в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочно-соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает большую ответственность на спортсмена; высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие требования к его психике. В этом основная специфика спорта высших достижений.

В то же время спорт высших достижений вырастает из общедоступного спорта, связан с определенной преемственностью в отношении средств и методов подготовки, стимулирует массовое спортивное движение, создавая ориентиры достижений.

Современный спорт высших достижений неоднороден. В настоящее время в нем наметился ряд направлений:

~ любительский спорт;
~ профессиональный спорт.

Основное отличие профессионального спорта от так называемого любительского заключается в том, что он развивается как по законам бизнеса, так и по законам спорта в той мере, в какой их можно воплотить в подготовке спортсменов-профессионалов. На систему соревнований спортсменов-профессионалов оказывают влияние определенные целевые установки, заключающиеся в успешном выступлении в длинной серии стартов, следующих один за другим, что связано с материальными вознаграждениями за каждый старт в соответствии со «стоимостью» атлета на «спортивном рынке». В связи с этим часть профессионалов не ставит перед собой задачу войти в состояние наивысшей готовности спортивной формы только 2—3 раза в годичном цикле. В течение длительного периода времени они поддерживают достаточно высокий, однако не максимальный уровень подготовленности.

Профессиональный спорт — спорт, характеризующийся тем, что для участвующих в нем спортсменов является основным занятием, профессией. Может быть разделен на спорт высоких достижений и показательный, зрелищный спорт.

Спортсменов-профессионалов можно разделить на три группы.

К первой группе следует отнести спортсменов, которые стремятся успешно выступить как на Олимпийских играх, чемпионатах мира, так и в серии кубковых и коммерческих стартов.

Ко второй группе следует отнести спортсменов, имеющих высокие результаты, но не настраивающихся на успешное участие в крупнейших соревнованиях. Главная их задача — успешное выступление в различных кубковых, коммерческих соревнованиях и стартах по приглашению.

К третьей группе следует отнести спортсменов-ветеранов, особенно специализирующихся в спортивных играх, единоборствах, фигурном катании на коньках. Эти спортсмены, поддерживая средний уровень физической подготовленности и очень высокий технический уровень, сопровождающийся высоким артистизмом, демонстрируют высшее спортивное мастерство ради зрителей и высоких заработков.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Дайте определение массового спорта
2. Дайте определение школьного спорта
3. Дайте определение школьного и студенческого спорта
4. Дайте определение профессионально-прикладного спорта
5. Дайте определение рекреативного спорта
6. Дайте определение кондиционного спорта и спорта ветеранов; спорта

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено

2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и

спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено

4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено

5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

Тема 4 Классификация видов спорта

Цель: формирование знаний о различных подходах к классификациям спорта.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

- В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о классификации видов спорта по особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности соревнующихся (Л.П. Матвеев 1977), по структуре двигательной активности (по В.С. Фарфелю), по способу определения соревновательного результата (по В.С. Келлеру).

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о различных подходах к классификациям спорта.

Теоретическая часть. Развитие спорта во всем мире привело к возникновению и распространению множества отдельных видов спорта, которых насчитывается в настоящее время более 200. Каждый из них характеризуется своим предметом состязания, особым составом действий, способами ведения спортивной борьбы и правилами соревнований. Наиболее распространенные виды спорта включены в программу зимних и летних Олимпийских игр.

Все виды спорта, получившие в настоящее время широкое распространение, можно сгруппировать по определенным признакам.

Группировка видов спорта по определенному признаку называется классификацией. Существует несколько классификаций, группирующих виды спорта по различным признакам.

I. По особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности соревнующихся (Л.П. Матвеев 1977):

1 группа – виды спорта с предельно активной двигательной деятельностью, результаты которой зависят от собственных двигательных возможностей спортсмена и выявляются в процессе соревнований (бокс, борьба, гимнастика, плавание, легкая атлетика, тяжелая атлетика, спортивные игры).

2 группа – виды спорта, основу которых составляют действия по управлению различными средствами передвижения, где спортивный результат обусловлен внешними движущими силами и умением рационально пользоваться ими (велоспорт, автоспорт, парусный спорт, бобслей).

3 группа – виды спорта, где двигательная активность жестко лимитирована условиями поражения цели, из специального спортивного оружия (стрельба из лука, пулевая стрельба, стендовая стрельба, дартс).

4 группа – виды спорта, где сопоставляют результаты модельно-конструктивной деятельности спортсменов (авиамодельный, автомобильный спорт).

5 группа – виды спорта, где состязательная деятельность определяется характером абстрактно-логического обыгрывания соперника (шашки, шахматы, бридж, нарды и т.п.).

6 группа – виды спорта, составленные из нескольких спортивных дисциплин, входящие в различные группы видов спорта (спортивное ориентирование, охота на лис, биатлон, служебное многоборье и т. п.)

II. По структуре движений В.С. Фарфель группирует все виды спорта в 3 группы:

1 группа – виды спорта с циклической структурой движений – там, где идет постоянное повторение одного цикла, то есть после завершения цикла тело вновь оказывается в исходном положении, что дает возможность повторять двигательное действие слитно без остановок (плавание, беговые дисциплины, велоспорт, лыжные гонки, и т.п.).

2. группа – виды спорта с ациклической структурой движения – отличаются от предыдущих тем, что после осуществления двигательного действия тело оказывается в другом, по сравнению с исходным, положении, что исключает возможность многократного слитного повторения таких действий (гимнастика, акробатика, единоборства, спортивные игры).

3. группа – виды спорта с комбинированной, смешанной структурой движения – т.е. в которых присутствует циклическая часть движения и отличная от неё часть движения (прыжки с разбега, с шестом, метания и т.п.).

III. По способу определения спортивного результата

Спортивный результат является количественной мерой итогов соревновательной деятельности спортсмена или команды. Все виды спорта по способу определения результата В.С., Келлером объединены в 4 группы:

1 группа – виды спорта с метрически измеряемыми результатами – временем, расстоянием, массой снарядов, точностью попадания в цель.

Данная группа может быть разделена на две подгруппы:

- спортивные дисциплины с относительно постоянными внешними условиями соревнований (легкая и тяжелая атлетика, плавание, велосипедный спорт на треке, стрельба и др.);

- спортивные дисциплины, связанные с непостоянными внешними условиями соревнований, с изменчивостью профиля трасс и внешних погодных условий, течениями водных потоков (лыжный, горнолыжный, парусный, конькобежный спорт, велосипедный спорт на шоссе, гребля, спортивное ориентирование, триатлон и др.).

2 группа – виды спорта, где результат оценивается субъективно судьями в баллах (условных единицах) по внешнему восприятию сложности, точности и эффективности и красоты выполнения соревновательных программ комбинаций или отдельных упражнений. Данная группа может быть также разделена на две подгруппы:

- виды спорта, в которых выставляется одна суммарная условная оценка в баллах (спортивная и художественная гимнастика, акробатика, синхронное плавание, прыжки в воду и др.);

- виды спорта, где окончательная оценка складывается из двух различных показателей. Например, прыжки на лыжах (оценка дальности полета и стиля прыжка); фигурное катание (оценка упражнения в баллах и сумма занятых мест, присужденных судьями по общему впечатлению).

3 группа – виды спорта, в которых результат оценивается в набранных баллах, очках, где:

- виды спорта, в которых результат определяется конечным эффектом (счетом) за определенное, лимитированное регламентом, время (футбол, хоккей, гандбол, баскетбол и др.);

- виды спорта, в которых победа определяется лимитированным конечным счетом, но сам поединок не ограничен временем проведения (теннис, настольный теннис, волейбол, городки и др.).

- виды спорта, в которых, несмотря на лимитированное регламентом время поединка, возможно ускоренное достижение победы (борьба, бокс, фехтование, шахматы и др.)

4. группа – комплексные виды спорта, многоборья, в которых оценка результатов происходит по правилам соревнований, предусмотренным для составляющих их спортивных дисциплин, и где результат, выставленный в

одном из видов, может быть компенсирован в другом (десятиборье, семиборье, пятиборье, биатлон, лыжное двоеборье, горнолыжное двоеборье).

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. В какие группы объединяются виды спорта по особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности соревнующихся.
2. В какие группы объединяются виды спорта по способу определения спортивного результата
3. В какие группы объединяются виды спорта по структуре движений
4. В какие группы объединяются виды спорта по масштабу и организации в рамках международного спортивного движения
5. В какие группы объединяются виды спорта по возрастным категориям

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено

2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено

4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено

5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

Тема 5. Система спортивных соревнований

Цель: формировать у студентов способности использования исходных общенаучных и специальных понятий в процессе углубленного изучения теории спорта.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о значении системы спортивных соревнований в подготовки спортсменов.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о значении системы спортивных соревнований в подготовки спортсменов.

Теоретическая часть. Система спортивных соревнований, является главным системообразующим и интегрирующим фактором, наиболее существенно влияющим на все остальные элементы спорта. В основополагающих трудах ведущих теоретиков спорта соревнования трактуются как цель, средство, метод и модель подготовки, как мощный рычаг управления видом спорта.

Специально организованные спортивные соревнования направлены на максимальную реализацию духовных и физических возможностей человека, группы людей, команды, демонстрацию и сопоставление уровня подготовленности, достижение высших результатов или победы в регламентированных специальными правилами, в условиях неантагонистического соперничества, специфического для вида спорта.

Спортивные соревнования, являясь сущностью спорта, определяют цели и направленность развития и воспитания спортсмена для результативной деятельности.

Спортивные соревнования являются своеобразной моделью человеческих отношений, реально существующих в обществе: борьбы, победы, поражения, взаимовыручки, направленности к постоянному совершенствованию и достижению высшего результата в деятельности, удовлетворения творческих и престижных целей и др.

Соревнования в спорте опираются в своей основе на нравственные правила общества, поэтому социальная среда, общественный строй зачастую оказывают определяющее влияние на характер соревновательных ориентации и установок спортсменов.

Соревнования в современном спорте являются не только способом выявления победителя, но и важнейшим средством подготовки спортсмена, совершенствования спортивного мастерства, контроля за уровнем подготовленности и т.д. Это объясняется тем особым эмоциональным и

физиологическим фоном, который усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организмам. Многими исследованиями показано, что практически во всех случаях нагрузки в ходе соревнования превосходят аналогичные нагрузки, выполняемые в тренировке и даже в условиях, моделирующих соревнования.

Содействуя развитию физической подготовленности, совершенствованию психических и двигательных функций, росту спортивного мастерства, нравственному воспитанию спортсмена, соревнования содействуют всестороннему и гармоничному воспитанию личности спортсмена. Стимулируя активность занятий спортом, направленность к высшим достижениям, соревнования являются способом воздействия общества на формирование человека.

Спортивное соревнование – состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором Положению (регламенту) (Федеральный закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»).

Спортивный результат как продукт соревновательной деятельности, имеющий самостоятельную ценность для спортсмена, тренера, зрителей, спортивной организации, страны и т.д., обуславливается большим количеством факторов. В их числе индивидуальные особенности личности спортсмена, эффективность системы подготовки, материально-технические условия подготовки и соревнований, климатические, географические и социальные условия, в которых проводятся соревнования и многое другое. Спортивный результат оценивается как самим спортсменом, так и обществом, с учетом уровня соревнований, состава соревнующихся, уровня конкуренции, сложившихся условий соревновательной борьбы. Естественно, что высокий результат, показанный в соревнованиях высокого ранга, в условиях жесткой конкуренции примерно равных по силам соперников оценивается особенно высоко (Л.П. Матвеев).

На общественную оценку спортивного результата большое влияние оказывает вид спорта, конкретный вид соревнований, а также популярность спорта в том или ином регионе мира. Например, в США особенно высоко ценятся победы в теннисе, бейсболе, хоккее, баскетболе, легкой атлетике, в северной Европе - в лыжных гонках, горнолыжном и конькобежном спорте, в восточной Европе - в тяжелой атлетике (особенно, в тяжелых весовых категориях), греко-римской и вольной борьбе, футболе и т.д.

Спортивные результаты, превышающие ранее достигнутые на официальных соревнованиях определенного ранга, фиксируются как рекорды.

Рекорды регистрируются в тех видах спорта, в которых спортивный результат может быть определен в единицах массы, расстояния, числа

попаданий, времени и т. д., непосредственно или с помощью специальных таблиц в условных очках (легкоатлетические и конькобежные многоборья и др.).

Для регистрации рекорда необходимо, чтобы результат был показан в официальных соревнованиях, проведенных в соответствии с условиями и требованиями, установленными федерацией (международной, континентальной, национальной) по данному виду спорта. К этим требованиям относятся: квалификация судейской коллегии, условия места проведения соревнований, количество и квалификация участников, качество оборудования и инвентаря и др.

В ряде видов спорта (марафонский бег, гребля, лыжный спорт и др.), в которых на спортивный результат большое влияние оказывают условия местности и сложность трассы, где проводятся соревнования, регистрируются не рекорды, а фиксируются высшие достижения.

В зависимости от ранга все соревнования *условно* можно разделить на три уровня.

В ы с ш и й у р о в е н ь – главные международные старты, проводимые под эгидой международных видовых федераций: Олимпийские игры, чемпионаты и Кубки мира на открытых стадионах и в закрытых помещениях, международные коммерческие соревнования и т.д.

П е р в ы й у р о в е н ь – соревнования, проводимые по календарю всероссийских видовых федераций: чемпионаты, Кубки и первенства РФ, чемпионаты городов Москвы и Санкт-Петербурга; международные соревнования, проводимые на территории России.

В т о р о й у р о в е н ь – соревнования, не входящие в календарь всероссийских видовых федераций и проводимые спортивными организациями субъектов федерации, городов и других административных делений РФ.

По своему значению соревнования подразделяются на кубковые, первенства, чемпионаты и матчевые встречи:

1. **К у б к о в ы е** – соревнования с участием спортсменов (команд) без ограничения верхней границы возраста. Розыгрыш Кубка, как правило, проводится в несколько этапов и вручается победителю в командных соревнованиях или командном зачете.

2. **П е р в е н с т в а** – соревнования, среди детей, подростков и молодежи с ограничением возраста участников соревнований. Проводятся по территориальному принципу с определением первого и последующих мест участников соревнований.

3. **Ч е м п и о н а т ы** – соревнования с участием сильнейших спортсменов (команд). Чемпионаты проводятся по территориальному принципу (среди муниципальных образований, субъектов Российской Федерации, федеральных округов и т.д.). Чемпионом в каком-либо виде можно стать только на чемпионате соответствующих соревнований.

4. Матчевые встречи – соревнования, проводящиеся между отдельными командами с целью выявления сильнейшей. Служат средством подготовки к календарным (основным) соревнованиям.

По характеру организации соревнования бывают следующих видов:

Открытые – соревнования, к участию в которых допускаются все спортсмены вне зависимости от места жительства и принадлежности к ведомству, спортивной организации и т.д.

Закрытые – соревнования, в которых, участвуют спортсмены только определённого ведомства, региона и т.д.

Зачётные соревнования – проводятся одновременно в разных местах или в одном месте в разные сроки. По заранее разработанному Положению, присланным отчётам и протоколам, оформляемым соответствующими судейскими коллегиями, определяются результаты участвующих команд.

По характеру проведения и системе зачёта соревнования подразделяются на личные, командные и лично-командные. В каждом отдельном случае характер соревнований определяется Положением о соревновании.

Личные – соревнования, в которых определяются победители и призеры в личном первенстве, а также места остальных участников.

Командные – соревнования с участием трех и более спортсменов в каждой из противоборствующих сторон, результаты которых суммируются с целью определения команды-победительницы, не выявляя личного первенства.

Лично-командные – соревнования, в которых определяются места, как в личном, так и в командном первенстве.

По своему назначению все соревнования делятся на следующие виды:

Основные – соревнования, включённые в календарь соревнований.

Отдельные или видовые – календарные соревнования, проводящиеся по отдельным видам или группе однородных видов. Например («День бегуна», «День пловца», «День эстафет», кросс «Золотая осень» и т.д.).

Классификационные – соревнования, проводящиеся в конце сезона с целью определения уровня подготовленности спортсменов и присвоения им спортивных разрядов и званий в соответствии с требованиями Единой Всероссийской Спортивной Классификации (ЕВСК).

Квалификационные – соревнования, проводящиеся в технических видах спорта с целью отбора сильнейших спортсменов для участия в основных соревнованиях. Например, в легкой атлетике устанавливается такой квалификационный норматив, который позволяет отобрать не менее 12 спортсменов для участия в основных соревнованиях. Квалификационные соревнования по бегу не проводятся, так как отбор сильнейших участников происходит в ходе предварительных забегов.

Отборочные – соревнования, проводящиеся с целью выявления и отбора сильнейших спортсменов для комплектования состава сборной команды.

Уравнительные или с «гандикапом» – соревнования, в которых шансы участников уравниваются за счет предоставления более слабому определенных льгот (форы). Организуются для спортсменов различного возраста, уровня подготовленности, разрядности и т.д.

Контрольные – соревнования, проводящиеся в ходе учебно-тренировочных занятий с целью осуществления контроля за уровнем подготовленности спортсменов.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Система спортивных соревнований, как главный системообразующий и интегрирующий фактор.

2. Результат как системообразующий фактор спортивных соревнований.

3. Классификация соревнований (уровни, виды, характер организации и проведения).

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме **Основная литература:**

- 1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
- 2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

- 3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
- 4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
- 5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. :

Тема 6. Классификация соревнований.

Цель: формировать представление о различных подходах к классификациям соревнований.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о классификация соревнований по решаемым задачам, по рангу, по характеру организации, по системе проведения, по возрастным категориям участников.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о классификациях соревнований по различным признакам.

Теоретическая часть. Соревнования в современном спорте являются не только способом выявления победителя, но и важнейшим средством подготовки спортсмена, совершенствованием спортивного мастерства, контроля, за уровнем подготовленности и т.д. Это объясняется тем особым эмоциональным и физиологическим фоном, который усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

Только в процессе соревнований спортсмены могут достичь уровня предельных функциональных, напряжений организма и выполнить такую нагрузку, которая в процессе тренировочных занятий является непосильной.

Содействуя развитию физической подготовленности, совершенствованию психических и двигательных функций, росту спортивного мастерства, нравственному воспитанию спортсмена, соревнования содействуют всестороннему воспитанию личности.

Стимулируя активность занятий спортом, направленность к высшим достижениям, соревнования являются способом воздействия общества на формирование личности.

Важное значение имеет классификация соревнований, которая осуществляется на основе целей и задач, контингента соперников, условий организации, рангу и т.д.

1. По целям и решаемым задачам соревнования подразделяются:

1. Основные;
2. Коммерческие;
3. Вспомогательные

1. Основные – это календарные соревнования, которые предусматриваются единым календарным планом спортивных мероприятий и проводятся согласно утвержденному положению.

Все крупнейшие спортивные соревнования можно разделить на три группы:

1. Олимпиады, Чемпионаты и Кубки Мира, Европы Универсиады и др.
2. Ежегодные соревнования на первенство России по видам спорта.
3. Соревнования всероссийского масштаба, посвященные знаменательным датам, а так же на призы, учрежденные различными государственными и общественными организациями.

~ Олимпиады – крупнейшие международные комплексные соревнования, проводящиеся каждые четыре года (летние и зимние).

~ Чемпионаты или первенства – соревнования среди сильнейших спортсменов (команд), возраст которых определяется положением о соревнованиях. Победителям присваиваются звания чемпиона, а участникам соответствующие разряды.

~ Кубковые соревнования, где победителям вручаются кубки. Отличие от первенств или чемпионатов – после поражения команды выбывают из соревнований. Таким образом, производится последовательный отбор лучших.

~ Универсиады – комплексные студенческие спортивные соревнования. Проводящиеся один раз в два года (летние и зимние) под эгидой международной федерации университетского спорта.

~ Спартакиады – комплексные соревнования включающие несколько видов спорта (школьников, студентов и т.д.) Проводящиеся раз в два года.

~ Классификационные, позволяющие оценить уровень спортивной подготовленности и выполнить требования единой спортивной классификации. Их цель выполнение соответствующих спортивных нормативов, для присвоения званий и разрядов, а также допуск к более крупным состязаниям.

~ Отборочные – цель: выявление сильнейших команд для участия в следующем этапе соревнований. Кроме этого с целью выявления сильнейших спортсменов для комплектования сборной команды.

2. Коммерческие – крупные международные, национальные, региональные соревнования в различных видах спорта, с участием сильнейших спортсменов, команд, которым выплачивается гонорар (бонус) за участие и занятое место.

3. Вспомогательные соревнования помогают лучше подготовиться к основным, их проводят для проверки готовности и подведения спортсмена к основным соревнованиям на промежуточных этапах подготовки. К ним относятся:

Подготовительные или тренировочные, цель которых адаптация спортсменов к условиям соревновательной борьбы, приобретение соревновательного опыта, повышение уровня подготовленности

Турниры, матчевые встречи – они могут быть плановыми и служат средством подготовки к календарным играм.

Уравнивательные или с «гандикапом» (форой) в которых шансы участников уравниваются за счет предоставления слабому определенных льгот (форы), уменьшение дистанции, добавление баллов, очков и т.д. Они организуются для участников с различным уровнем подготовленности

Показательные встречи – соревнования, основной целью которых является не выявление победителя, а демонстрация возможностей спортсменов, достоинств вида спорта, с целью расширения круга занимающихся и зрителей.

Контрольные соревнования проводятся в ходе учебно-тренировочных занятий, цель которых – педагогический контроль за состоянием тренированности и спортивными достижениями занимающихся.

Показательные соревнования – для популяризации различных видов спорта.

Сокращенные соревнования (блицтурниры), проводятся в один день (сокращенное время игры, уменьшение количества очков). Проводятся обычно в праздничные дни, т.к. соревнования являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса, их характер и сроки проведения планируются заранее.

2. По возрастным категориям и квалификации спортсменов:

- ~ детские (мальчики и девочки: 7-8; 9-10; 11-12; 13-14 лет);
- ~ юношеские (юноши и девушки: 15-16 и 17-18 лет);
- ~ молодежные (19-21 и 22-24 г);
- ~ взрослые (спортсменов разрядников и мастеров);
- ветеранов.

3. По характеру организации соревнования могут быть:

1. Закрытые – в которых, участвуют спортсмены только данного ведомства (в классе, школе, спортивном клубе).
2. Открытые – участвуют команды, отдельные спортсмены различных коллективов, которые полноправно оспаривают призовые места, медали и т.д.
3. Заочные – проводящиеся в условиях когда команды, спортсмены находятся в разных местах, городах, странах и не встречаются непосредственно (шашки, шахматы и т. п.) ходы передаются по почте, интернету.
4. Товарищеские: соревнования по предварительной договоренности между командами школ, ДЮСШ, и т.д.
5. Традиционные, матчевые, кубковые и т.д.
6. Первенства.

IV. По системе зачета:

личными – в них определяются места всех участников;

командными – в них определяются места всех участвующих команд;

лично-командными – в них кроме личных мест участников определяется и командное место.

V. По рангу соревнования подразделяются:

- ~ внутренние;
- ~ ведомственные;
- ~ районные;
- ~ городские;
- ~ региональные – областные, краевые;
- ~ республиканские;
- международные – чемпионаты Европы, Мира, Олимпийские игры.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Дать определения основным соревнованиям: Универсиада, Олимпиада, чемпион, первенство.
2. Классификация соревнований по решаемым задачам
3. Классификация соревнований по характеру организации.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

- [illegible]

Дополнительной литературы:

- 3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
- 4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
- 5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено

Тема 7. Структура соревновательной деятельности

Цель: формировать представление о структуре соревновательной деятельности и специфических особенностях соревновательной деятельности.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о специфике соревновательной деятельности.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: рассматриваемая тема создает общие представления о структуре соревновательной деятельности и специфических особенностях соревновательной деятельности.

Теоретическая часть. Ядром спорта является специфическая соревновательная деятельность, проходящая по определенной форме, правилам и способам оценки.

Соревновательная деятельность - это специфическая двигательная активность человека, осуществляемая в условиях официальных соревнований на пределе психических и физических сил человека, конечной целью, которой является установление общественно значимых и личных результатов.

К специфическим особенностям соревновательной деятельности относят:

- 1) наличие борьбы, противоборства и стремление одержать победу, достигнуть максимального результата (в игре, поединке, схватке на дистанции и т.п);
- 2) особым составом действий, посредством которых осуществляется деятельность спортсмена, условий их выполнения и способов оценки достижений в соответствии с официальными правилами;
- 3) способами ведения спортивной борьбы т.е это строгая регламентация деятельности участников соревнований, обслуживающего персонала и других лиц;
- 4) высокий эмоциональный фон деятельности, вызванный максимальными физическими и психическими напряжениями в условиях непосредственной борьбы за результат;
- 5) равенство условий и сравнимость результатов каждого участника соревнований с помощью определенного стандарта.

Элементами спортивного соревнования являются:

1. Спортсмены-соперники;
2. Предмет состязаний;
3. Судейство соревнований;
4. Службы и средства обеспечения соревновательной деятельности;
5. Иерархия мест участников состязаний;

6. Болельщики и зрители.

1) спортсмены-соперники – участники соревнований;

2) предмет состязаний, т.е. совокупность действий соперников, выступающих средством ведения соревновательной борьбы в избранном виде спорта;

3) судейство (правила соревнований, нормы поведения, критерии и технология определения мест соревнующихся);

4) службы и средства обеспечения соревновательной деятельности – организаторы, службы обеспечения безопасности, врачи, службы музыкального сопровождения;

5) болельщики и зрители;

6) иерархия мест участников состязаний, т.е. распределение каждого из них на основе показанных спортивных в порядке от лучшего к худшему.

Соревнования - важный фактор познания человеческих возможностей и формирования этических взаимоотношений, а также форма общения между людьми или группами людей.

Соревнования представляют собой: цель, средство и метод и модель подготовки спортсмена.

Педагогическое значение соревнований состоит в том, что они как бы подводят итоги учебно-воспитательной работы, выявляют отдельные слабые стороны учебно-тренировочного процесса, способствуют повышению его качества, показывают достижения спортивных команд, тренеров, спортсменов.

Соревнования в современном спорте являются не только способом выявления победителя, но и важнейшим средством подготовки спортсмена, совершенствованием спортивного мастерства, контроля, за уровнем подготовленности и т.д. Это объясняется тем особым эмоциональным и физиологическим фоном, который усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

Только в процессе соревнований спортсмены могут достичь уровня предельных функциональных, напряжений организма и выполнить такую нагрузку, которая в процессе тренировочных занятий является непосильной.

Сущность соревнования заключается в установлении сильнейших спортсменов и коллективов и распределения их от первого до последнего места. Конкурентные отношения – неотъемлемая особенность спортивного соревнования, основным продуктом которого является результат (занятое место, победа, зрелище).

Соревнование определяется как специальная сфера, в которой осуществляется деятельность спортсмена, позволяющая объективно сравнивать определённые его способности и обеспечить их максимальное проявление. Соревнования ведутся в пределах утвержденного кодекса правил под контролем специальных лиц (спортивных судей, членов жюри).

Главным организатором и руководителем спортивных соревнований является главный судья, он ответственен за сохранение здоровье участников соревнований, готовность и исправность материально-технической базы, организацию и качество судейства. Судья, должен быть абсолютно беспристрастным и объективным, соблюдать морально-этические нормы спорта и судейства.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

- ## Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

- 1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
- 2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

- 3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
- 4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено

- 5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

Тема 8 Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности

Цель: формирование представлений о факторах определяющих эффективность соревновательной деятельности.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о факторах определяющих эффективность соревновательной деятельности.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: формирование компетенций в рамках изучения основ построения спортивной подготовки.

Теоретическая часть. Специфика соревновательной деятельности определяет содержание многолетней подготовки спортсменов (принцип, средства, методы, планирования, отбор, оценку, тренированности и т.д.).

Для правильного построения тренировочного процесса и эффективного управления им необходимо знать структуру соревновательной деятельности спортсменов, т.е., чтобы правильно тренировать – надо знать, что тренировать, а уже потом – как тренировать. Таким образом, опираясь на знания особенностей соревновательной деятельности, осуществляется построение тренировочного процесса.

Структура соревновательной деятельности определяет ряд факторов, влияющих на эффективность игровой деятельности:

1. Социально обусловленные черты личности и мотивация к высоким достижениям.
2. Высокая технико-тактическая подготовленность (арсенал технико-тактических действий).
3. Высокий уровень общей и специальной подготовленности специфичной для соревновательной деятельности.
4. Высокий уровень психологической подготовленности: морально-волевых и нравственных качеств, эмоциональной устойчивости.
5. Высокий уровень развития интеллектуальных способностей и психических процессов (анализ и обобщение, антиципация – предвидение, память, внимание, принятие решений).
6. Высокое функциональное состояние, способность к быстрому восстановлению после больших нагрузок.

7. Антропометрические показатели (рост, вес, объем грудной клетки и т.д.)
8. Оптимальный возраст 20-27 лет и стаж 4-13 лет
9. Успешная соревновательная деятельность в соревнованиях.

Таким образом, структура соревновательной деятельности и факторы, влияющие на эффективность игровой деятельности, определяют основные компоненты учебно-тренировочного процесса: виды подготовки (физическая, техническая, тактическая, психологическая, интегральная, теоретическая и игровая). Следует учитывать, что степень совершенства каждой из сторон подготовленности зависит от других её сторон, определяется ими и, в свою очередь, определяет их уровень развития.

на достижение результата (победы) в условиях официальных соревнований.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Перечислите факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности.
2. Перечислите основные понятия и термины избранного вида спорта.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

- 1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
- 2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено
- 3 **Дополнительной литературы:**
- 4 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
- 5 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
- 6 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. :

Тема 9. Основные понятия видов спортивной подготовки

Цель: формирование представлений о факторах определяющих эффективность соревновательной деятельности.

Планируемые результаты освоения темы, в рамках формируемых компетенций.

В результате изучения темы дисциплины студент должен сформировать представление о факторах определяющих эффективность соревновательной деятельности.

Формируемые компетенции: ОПК-4 - способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Актуальность темы: формирование компетенций в рамках изучения основ построения спортивной подготовки.

Теоретическая часть. Физическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств спортсмена и повышение его функциональных возможностей.

Техническая подготовка – это педагогический процесс, направленный на освоение спортсменом двигательных навыков (технических приемов) и доведение их до определенной степени совершенства.

Тактическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на приобретение спортсменом знаний, умений и навыков способов ведения спортивной борьбы.

Психологическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на адаптацию психики спортсмена к условиям тренировочной и соревновательной деятельности.

Теоретическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на освоение спортсменом системы знаний и умения их использовать в тренировочной и соревновательной деятельности.

Интегральная подготовка – это педагогический процесс, направленный на объединение результатов всех видов подготовок в единый соревновательный эффект.

Каждая из видов подготовки имеет свои задачи, средства и методы, позволяющие эффективно осуществлять учебно-тренировочный процесс. Однако удельный вес их разный.

Объем и время, и главное содержание каждого вида подготовки меняется на различных этапах многолетней подготовки, так в занятиях с детьми занятиям ОФП основное время, обеспечивая полноценное развитие растущего организма у квалифицированных спортсменов, содержание физической подготовки пересматривается и главное внимание уделяется специальной физической и технико-тактические подготовкам.

Техника физического упражнения – это рациональный способ выполнения двигательного действия. Под рациональностью понимается целесообразность, эффективность, экономичность.

Техника игры – это совокупность специальных приемов, обусловленных правилами, и используемых в игре в различных сочетаниях для достижения цели игры.

Технический прием – это рациональный способ выполнения двигательного действия, специфичного для определенной игры, направленный на целесообразное и эффективное решение, игровой ситуации.

Тактика игры – это совокупность целесообразных индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение наилучшего результата.

Тактический прием – это рациональное использование технических приемов, направленное на решение тактической задачи. Выделяют индивидуальные, групповые и командные тактические действия в защите и нападении.

Соревновательная деятельность – это совместная деятельность спортсменов, тренеров и специалистов, направленная

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Понятия физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка, психологическая подготовка, интегральная подготовка, теоретическая подготовка.
2. Перечислите основные понятия и термины избранного вида спорта.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме

Основная литература:

- 1 Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
- 2 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительной литературы:

- 3 Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил.; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено

- 4 Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
- 5 Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено.

«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ
РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Введение в теорию спорта

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль) «Спортивная тренировка»

Учебный план 2026 года

Ставрополь, 2026

1	Содержание	3
2	Введение	4
3	Общая характеристика самостоятельной работы студента при изучении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»	4
4	План-график выполнения самостоятельной работы	8
5	Контрольные точки и виды отчетности по ним	10
6	Методические рекомендации по изучению теоретического материала	10
7	Методические рекомендации по работе с литературой	11
8	Методические указания к подготовке к практическим занятиям	13
9	Контрольные вопросы для самостоятельной оценки качества освоения дисциплины	13
10	Методические указания по подготовке к экзамену	23
11	Список рекомендуемой литературы	31

1. ВВЕДЕНИЕ

Самостоятельная работа является одним из видов учебных занятий студентов. Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений

студентов; углубления и расширения теоретических знаний; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности студентов, творческой инициативы, ответственности и организованности; формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации; развития исследовательских умений.

Организация любой самостоятельной работы студентов включает три этапа: первый этап - постановка перед студентами целей, задач выполнения заданий, разъяснения и указания по их выполнению; - второй этап - непосредственная деятельность студентов по выполнению заданий, третий этап - подведение итогов и оценка выполнения самостоятельной работы студентов. В ходе выполнения заданий студенты должны учиться мыслить, анализировать задания, учитывать условия, ставить задачи, решать возникающие проблемы.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА ПРИ ИЗУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ «ВВЕДЕНИЕ В ТЕОРИЮ СПОРТА»

Пособие содержит задания для самостоятельной работы по дисциплине **«Введение в теорию спорта»**, разработанные в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.03.01 Физическая культура. Направленность (профиль): «Спортивная тренировка». Пособие раскрывает содержание и объем учебных заданий, необходимых для полноценного овладения материалом данной дисциплины.

Дисциплина призвана формировать способности осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов (ПК-4).

С учетом отмеченных компетенций в учебном материале отражены системные межпредметные, общетеоретические, медико-биологические, психолого-педагогические, гуманитарные и естественнонаучные связи, что позволяет обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ профессиональной деятельности бакалавра, сформировать у студентов умения практической реализации основных теоретико-методических положений, практических умений и навыков применительно к основным видам будущей деятельности.

Дисциплина **«Введение в теорию спорта»** наряду с другими дисциплинами предметной подготовки учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих бакалавров по физической культуре.

Дисциплина **«Введение в теорию спорта»** представляет собой самостоятельную логически завершенную систему подготовки бакалавров, которая реализуется в форме лекционных, и практических занятиях в процессе подготовки студентов.

Работа студентов направлена на изучение литературных источников, изучение и составление различной документации, выполнение домашних заданий, организацию, проведение и судейство соревнований.

1. **Целью изучения дисциплины «Введение в теорию спорта»** является формирование готовности к реализации образовательных программы будущих бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивная тренировка».

Задачи дисциплины:

1. Формировать систему знаний о нормативных правовых актах сферы физической культуры и спорта и норм профессиональной этики.
2. Формировать знания о способах проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта
3. Формировать умения организации, проведении соревнований.

По учебному плану самостоятельная работа студентов предусматривает изучение тем дисциплины **«Введение в теорию спорта»** согласно представленным ниже методическим рекомендациям.

Методическое обеспечение самостоятельной работы дисциплине состоит из:

1. Определения учебных вопросов, которые студенты должны изучить самостоятельно;
2. Подбора необходимой учебной литературы, обязательной для проработки и изучения;
3. Поиска дополнительной научной литературы, к которой студенты могут обращаться по желанию, если у них возникает интерес в данной теме;
4. Определения контрольных вопросов, позволяющих студентам самостоятельно проверить качество полученных знаний;
5. Организации консультаций преподавателя со студентами для разъяснения вопросов, вызвавших у студентов затруднения при самостоятельном освоении учебного материала.

Самостоятельная работа студента – это особым образом организованная деятельность, включающая в свою структуру такие компоненты, как:

- ~ литературных источников, изучение и составление различной документации;
- ~ выполнение домашних заданий;
- ~ организацию, проведение и судейство соревнований;
- ~ проведение самоанализа и самоконтроля.

Виды самостоятельных работ по учебной дисциплине:

- ~ работа с понятийным аппаратом;
- ~ поисковая работа с различными источниками;
- ~ составление аннотированного списка литературы по проблеме;
- ~ подготовка докладов по теме.

Контроль знаний студентов включает формы текущего и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется в процессе изучения дисциплины и включает в себя оценку работы студентов на практических занятиях.

Выполняя самостоятельную работу студент должен:

освоить минимум содержания дисциплины, выносимый на самостоятельную работу и предложенный преподавателем в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования;

планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой;

выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе бакалавров.

Основными видами самостоятельной работы студента по дисциплине являются: изучение литературы по темам дисциплины, подготовка к практическим занятиям, подготовка к заданиям.

Самостоятельная работа студентов формирует следующие компетенции:

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-4 Способен осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов	ИД-1 _{ПК-4} Демонстрирует знания компонентов структуры соревновательной деятельности и факторов, обуславливающих ее эффективность.	Знает и факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности а также средства и методы видов спортивной подготовки спортсменов к участию в соревнованиях в избранном виде спорта.
	ИД-2 _{ПК-4} Осуществляет анализ факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в соответствии со спецификой избранного вида спорта	Умеет анализировать факторы, влияющие на эффективность соревновательной деятельности в избранном виде спорта
	ИД-3 _{ПК-4} Обеспечивает непосредственное управление деятельностью спортсменов в конкретном соревновании в избранном виде спорта	Владеет навыками организации спортсменов в соревнованиях и управления их соревновательной деятельностью избранном виде спорта.

3. ПЛАН-ГРАФИК ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Технологическая карта самостоятельной работы студента

Коды реализуемых компетенций	Вид деятельности студентов	Итоговый продукт самостоятельной работы	Средства и технологии оценки	СРС	Контактная работа с преподавателями	Всего
5 семестр						
ПК-4	Самостоятельное изучение литературы	конспект	Собеседование	51.85	2.15	54.00
Итого за 5 семестр				51.85	2.15	54.00

КОНТРОЛЬНЫЕ ТОЧКИ И ВИДЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО НИМ

№ п/п	Вид деятельности студентов	Сроки выполнения	Количество баллов
.	Собеседование по темам 1-4 Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта. Спорт, категории спорта, социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения Классификация видов спорта	6	25
.	Собеседование по темам 5-9. Система спортивных соревнований Классификация соревнований в избранном виде спорта. Структура соревновательной деятельности. Организация соревнований Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности.	17	30
	Итого за 5 семестр		55

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
<i>Отличный</i>	100
<i>Хороший</i>	80
<i>Удовлетворительный</i>	60
<i>Неудовлетворительный</i>	0

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация в форме экзамена предусматривает проведение обязательной экзаменационной процедуры и оценивается 40 баллами из 100. Положительный ответ студента на экзамене оценивается рейтинговыми баллами в диапазоне от **20** до **40** (**20 ≤ S_{экс} ≤ 40**), оценка **меньше 20** баллов считается неудовлетворительной.

Шкала соответствия рейтингового балла экзамена 5-балльной системе

Рейтинговый балл по дисциплине	Оценка по 5-балльной системе
35 – 40	Отлично
28 – 34	Хорошо
20 – 27	Удовлетворительно

Итоговая оценка по дисциплине, изучаемой в одном семестре, определяется по сумме баллов, набранных за работу в течение семестра, и баллов, полученных при сдаче экзамена:

*Шкала пересчета рейтингового балла по дисциплине
в оценку по 5-балльной системе*

Рейтинговый балл по дисциплине	Оценка по 5-балльной системе
88 – 100	Отлично
72 – 87	Хорошо
53 – 71	Удовлетворительно
< 53	Неудовлетворительно

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

Для успешного освоения дисциплины, необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы, по рекомендуемым источникам информации представленном в списке литературы.

Лекционные занятия, проводимые в интерактивной форме, предполагают совместное обсуждение методологических и теоретических положений учебного курса, отработку умения работать с научной литературой, анализируя и обобщая факты и предложенные ситуации. Цель таких занятий – усвоение системы теоретических знаний по основным разделам дисциплины. Для этого по каждому занятию указана литература, непосредственно относящаяся к содержанию темы. С помощью нее студент заранее готовится к занятию по предложенному плану с тем, чтобы в ходе лекции участвовать в коллективном анализе различных подходов к категориям и проблемам, в формулировании дефиниций и в обосновании собственных позиций по проблемам. Подготовка к лекционным занятиям предусматривает ознакомление с основными положениями по теме, усвоение терминологии. Данная работа необходима студенту для ведения научной дискуссии на занятии.

Работа с конспектом лекций

Просмотрите конспект сразу после занятий. Отметьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания. Попытайтесь найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.

Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ

При изучении дисциплины у студентов должен вырабатываться рационально-критический подход к изучаемым проблемам и явлениям. Это включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требуя критического отношения. С другой стороны, каждый текущий вопрос имеет свою историю, которую тоже полезно знать. Каждое событие может иметь разные интерпретации, поэтому слова, сказанные много лет назад, могут иметь важное значение.

Чтобы понять содержание материала, нужно уметь его прочитывать. Начинать следует с предварительного просмотра, в ходе которого ознакомиться с названием работы, с аннотацией, оглавлением, предисловием. Часто замысел работы ясен уже при ознакомлении с ее названием. Но особенно интересен просмотр оглавления, в результате которого становится ясным развитие мысли автора. Неплохо было бы появившиеся при этом мысли зафиксировать на бумаге.

Просматривая текст оглавления, нужно остановиться на тех главах, которые представляют для вас особенный интерес, бегло ознакомиться с ними, составляя в общих чертах свое представление о них. Цель этого действия – найти места, относящиеся к искомой теме, определив при этом, что ценного в каждом из них.

Следующий этап – прочтение выделенных мест с фиксацией самых главных сведений. При этом надо четко и ясно осознавать цель чтения, постоянно держа ее перед собой: по какому вопросу нужна информация, для чего нужна, ее характер и т.д. необходимо менять режим чтения – от беглого вдумчивого – в зависимости от ценности информации, останавливаясь там, где это требуется для глубокого понимания текста.

Следует научиться определять структуру текста по соподчиненности его частей, учитывая взаимосвязь текста с рисунками, сносками, примечаниями и таблицами. Все это поможет пониманию текста при беглом ознакомлении с ним. Так вырабатывается способность при прочтении сразу понимать смысл и значение новой информации.

Многие книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые дают возможность пополнить информационную осведомленность о дополнительной литературе по данному вопросу.

Отдельный этап прочтения – ведение записей прочитанного. Существует несколько видов записей: план, выписки, тезисы, аннотация, резюме, конспект.

Планом удобно пользоваться при подготовке к устному выступлению по выбранной теме. Каждый пункт плана должен раскрывать одну из сторон избранной темы, а весь план должен охватывать ее целиком.

Тезисы предполагают сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Они являются более совершенной формой записей и представляют основу для дискуссии. К тому же их легко запомнить.

Аннотация – краткое изложение содержания – дает общее представление о работе.

Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

Конспект является наиболее распространенной формой ведения записей. Основную ткань конспекта составляют тезисы, дополненные доказательствами и рассуждениями. Конспект может быть текстуальным, свободным или тематическим. Текстуальный представляет собой цитатник с сохранением логики работы и структуры текста. Свободный конспект основан на изложении материала в том порядке, который более удобен автору. В этом смысле конспект представляет собирание воедино мыслей, разбросанных по всей книге. Тематический конспект может быть составлен по нескольким источникам, где за основу берется тема, интерпретируемая по-разному.

Экономия времени дает использование при записях различного рода сокращений, аббревиатуры и т.д. многие используют для регистрации исследуемых тем систему карточек. Преимущество карточек в том, что тема там излагается очень сжато, и они очень удобны в использовании, т.к. их можно разложить на столе, перегруппировать и без труда найти искомую тему.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Для успешного освоения дисциплины, необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы, по рекомендуемым источникам информации представленном в списке литературы.

Дисциплина предусматривает освоение следующих тем:

- 1 Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта.
- 2 Спорт, категории спорта, социальные функции спорта
- 3 Основные направления в развитии спортивного движения
- 4 Классификация видов спорта
- 5 Система спортивных соревнований
- 6 Классификация соревнований в избранном виде спорта.
- 7 Структура соревновательной деятельности

- 8 Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности
- 9 Основные понятия видов спортивной подготовки

Процедура проведения собеседования включает в себя: вопросы для определения уровня освоения знаний по предложенным темам

Собеседование позволяет проверить уровень сформированности элементов компетенций ПК- 4: способности осуществлять управление соревновательной деятельностью спортсменов.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо подготовить конспекты заданий в письменной форме.

При подготовке студенту предоставляется право пользования любыми методическими материалами, предложенными в рабочей программе дисциплины.

При собеседовании, оцениваются знание понятийного аппарата, владение знаниями о классификациях видов спорта по различным признакам о системе соревнований, о организации соревнований детско-юношеского и массового спорта.

В ходе изучения литературы по темам дисциплине рекомендуется конспектирование источников. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

План – это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Необходимо обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. В ходе подготовки по темам дисциплине необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д.

Конспектирование первоисточника и научно-исследовательской литературы. Конспект представляет собой дословные выписки из текста источника. При этом необходимо понимать, что конспект – это не полное переписывание чужого текста. Необходимо знать, что при написании конспекта сначала прочитывается текст – источник, в нём выделяются

основные положения, подбираются примеры, идёт перекомпоновка материала, а уже затем оформляется текст конспекта. Конспект может быть полным, когда работа идёт со всем текстом источника или неполным, когда интерес представляет какой-либо один или несколько вопросов, затронутых в источнике.

*Чтение основной и дополнительной литературы по дисциплине с
конспектированием по разделам*

Самостоятельная работа при чтении учебной литературы начинается с изучения конспекта материала, полученного при слушании лекций преподавателя. Полученную информацию необходимо осмыслить. При необходимости, в конспект лекций могут быть внесены схемы, другая дополнительная информация. При изучении нового материала составляется конспект. Сжато излагается самое существенное в данном материале.

Работа с электронными ресурсами в сети Интернет.

Для повышения эффективности самостоятельной работы магистр должен уметь работать в поисковой системе сети Интернет и использовать найденную информацию при подготовке к занятиям. Поиск информации можно вести по автору, заглавию, виду издания, году издания или издательству. Также в сети Интернет доступна услуга по скачиванию методических указаний и учебных пособий, подбору необходимой научной литературы.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВИДАМ РАБОТ ПРЕДУСМОТРЕННЫХ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

При самостоятельной подготовке студенты ориентируются на следующие виды самостоятельной работы: подготовка к ответу на вопросы собеседования, выполнение творческих заданий, подготовка доклада, тестирование студента. При самостоятельной работе студенту предоставляется право пользования справочными таблицами, рекомендуемой литературой.

Методические рекомендации к подготовке на вопросы тем дисциплины

Планы занятий содержат перечень вопросов, выносимых на обсуждение по теме. Студенты при ответе на вопросы учатся логично формулировать свои мысли, говорить аргументировано, убеждённо отстаивать свою точку зрения, делать выводы. На занятиях при ответе на вопросы студенты приобретают навыки устных выступлений перед аудиторией.

В ходе обсуждения студента рекомендуется выступать с дополнениями, готовиться отвечать на дополнительные вопросы. При этом важно не

повторяться и не уходить в сторону от изучаемой проблемы, уметь связывать изучаемый материал с современностью.

Слушая выступавшего, рекомендуется студентам акцентировать внимание на возможные ошибки, упущения, неточности, с последующей возможностью поправить выступающего, дополнить, уточнить, задать вопрос.

Методические рекомендации к выполнению творческих заданий

Выполнение творческих заданий позволяет повысить уровень самостоятельности студентов, активизировать познавательную деятельность, стимулировать творческий подход при решении профессиональных задач.

Выполнение творческих заданий предусматривает индивидуальную или групповую формы работы.

Подготовка к защите творческого задания заключается в оформлении варианта творческого задания, а также подготовке выступления, отражающего цели и задачи выполняемой работы, основное содержание выполненной работы, полученные результаты. Продолжительность выступления – не более 10 минут.

Защита творческих заданий предполагает выступление студента (или группы). После каждого выступления присутствующие на защите творческого задания участники задают вопросы, чтобы прояснить некоторые моменты, выяснить насколько глубоко проработана тема творческого задания и насколько эффективно.

Для самостоятельной работы необходимо подготовить представленные творческие задания по темам дисциплины.

Методические рекомендации к подготовке доклада

Готовясь к докладу или сообщению студенту рекомендуется, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью. Необходимо проявлять собственное отношение к тому, о чем предусматривается говорить, высказывать свое личное мнение, понимание, обосновывать его и сделать правильные выводы из сказанного. При этом студент может обращаться к записям конспекта, непосредственно к первоисточникам, использовать знание литературы, факты и наблюдения современной жизни и т. д.

При защите доклада необходимо подготовить презентацию, с отображением основных ключевых моментов на слайде.

Ниже представлены задания для организации самостоятельной работы при подготовке к занятиям по темам дисциплины

Тема 1. Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта.

1. Профессиональная деятельность тренера, сферы приложения труда и структуре педагогических способностей.

2 профессиональные знания, умения и навыках тренера, сфера приложения труда тренера.

3. Требованиях к тренеру в современных условиях (общая культура, уровень профессионализма, знание вида спорта, знание закономерностей спортивной подготовки, возрастных и индивидуальных особенностей спортсмена).

4. Структура педагогических способностей тренера (перцептивные, конструктивные, дидактические, экспрессивные, коммуникативные, организаторские, академические).

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 2. Спорт, категории спорта, социальные функции спорта

1. Основные понятия спорта.

2. Значение спорта в развитии личности и общества.

3. Специфические функции спорта: соревновательно-эталонная (эталонная); эвристически-достиженческая (эвристически-прогностическая).

4. Общие функции спорта: оздоровительно-рекреативная (спортивно-оздоровительная); эмоционально-зрелищная (зрелищная, эстетическая); социализации личности и социальной интеграции; коммуникативная; экономическая; личностно-нравственного воспитания, обучения и развития (воспитательная).

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 3. Основные направления в развитии спортивного движения.

1. Массовый спорт (школьный и студенческий, профессионально-прикладной, рекреативный, кондиционный, ветеранов, спорт инвалидов) и спорт высших достижений (профессиональный и любительский).

2. Спорт высших достижений (профессиональный и любительский).

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 4 Классификация видов спорта.

1. Классификации видов спорта по особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности соревнующихся (по Л.П. Матвееву);

2. Классификации видов спорта по структуре двигательной активности (по В.С. Фарфелю);

3. Классификации видов спорта по способу определения соревновательного результата (по В.С. Келлеру).

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 5. Система спортивных соревнований

4. Система спортивных соревнований, как главный системообразующий и интегрирующий фактор.

5. Результат как системообразующий фактор спортивных соревнований.

6. Классификация соревнований (уровни, виды, характер организации и проведения).

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 6. Классификация соревнований в избранном виде спорта

1. Значение соревнований. соревнования как полигон демонстрации спортивных результатов.
2. Соревнования как форма повышения спортивного мастерства в процессе многолетней подготовки.
3. Классификация соревнований по решаемым задачам;
4. Классификация соревнований по рангу;
5. Классификация соревнований по характеру организации;
6. Классификация соревнований по системе проведения;
7. Классификация соревнований по возрастным категориям участников;

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 7. Структура соревновательной деятельности.

1. Структура соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
2. Состав технико-тактических действий спортсменов.
3. Физические и психические качества.
4. Функциональные возможности и морфологические особенности.

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов занятий, сдача контрольного норматива.

Задания для самостоятельной работы студентов

Студентам рекомендуется ознакомиться с рекомендованными учебными материалами и интернет-ресурсами. В соответствии с принципами формирования компетенций, студент должен не только дать правильный, по его мнению, ответ, но и уметь обосновать его.

Разработать конспекты упражнений по обучению техники передачи мяча сверху двумя руками.

Тема 8 Организация соревнований

5. Специфические особенности соревнований.
6. Основные элементы соревнований
7. Структура положения о соревнованиях.

Тема 9. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности.

1. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности.
2. Оснащенность спортсмена технико-тактическим арсеналом и умение применять его в условиях соревнований.
3. Уровень развития физических и психических качеств и свойств спортсмена.
4. Основные понятия и термины избранного вида спорта.

Форма контроля СРС: опрос, проверка конспектов, собеседование.

Список рекомендуемой литературы

Основная

- 1 Карась, Т. Ю.
Теория и методика физической культуры и спорта Электронный ресурс : Учебно-практическое пособие /Т. Ю. Карась.- Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с., экземпляров неограничено
- 2 Матвеев, Л. П.
Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - Теория и методика физической культуры, 2024-03-01. - Москва: Издательство «Спорт», 2021. - 520 с. экземпляров неограничено

Дополнительная

1. Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов / В.С. Кузнецов. - Москва: Академия, 2012. - 409, [1] с.: ил. ; 22. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 405. - ISBN 978-5-7695-8434-3, экземпляров неограничено
 2. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с. - Библиогр.: с. 488-492. - ISBN 978-5-9746-0101-9 экземпляров неограничено
- Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для студентов вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2010. - 400 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0433-8 экземпляров неограничено

Методическая

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине "Интегративные категории теории спорта" : Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура. Направленность (профиль) - Спортивная тренировка. Квалификация выпускника - бакалавр. Форма обучения - очная. Учебный план 2015 г. / сост. К. М. Смышнов ; Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 17 с.

Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине "Интегративные категории теории спорта" : Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура. Направленность (профиль) - Спортивная тренировка. Квалификация выпускника - бакалавр. Форма обучения - очная. Учебный план 2015 г. / сост. К. М. Смышнов ; Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 33 с.

Интернет-ресурсы

<http://www.iprbookshop.ru> Электронно-библиотечная система IPRbooks
<http://lib.sportedu.ru> / Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
<http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
<http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека
<http://www.fismag.ru> / сайт журнал