

Краткое описание разделов и модулей

1. Дисциплина Клиентоориентированный подход (12 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Понятие клиентоориентированного подхода	Понятие клиентоориентированности и специфика его употребления в образовании.
2	Задачи клиентоориентированного подхода	Основные задачи в обеспечении выполнения требований к служебному поведению при оказании образовательных услуг.
3	Методы клиентоориентированного подхода	Категория качества предоставления образовательных услуг: этический компонент. Критерии удовлетворенности обучающимися предоставлением образовательных услуг: поведенческий компонент в оценке эффективности работников образования.
4	Специфика клиентоориентированного подхода	Клиентоориентированность как направление современного этапа реформирования системы образования: этическая проблематика.
5	Понятие общения в психологии	Психологические основы и закономерности понимания собеседника. Роль национальных и этических стереотипов в понимании. Мужской и женский стили общения как факторы непонимания позиции собеседника. Общение в сфере средств массовой коммуникации. Конфликт в коммуникации. Барьеры общения

2. Дисциплина Психология физической культуры и спорта (18 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Предмет, задачи, методы психологии спорта и физического воспитания.	Предмет психологии спорта и физического воспитания. История становления психологии спорта и физического воспитания как самостоятельной психологической науки. Межпредметные связи. Основные теоретические и прикладные задачи психологии спорта и физического воспитания. Методы

		психологии спорта и физического воспитания.
2	Психологический анализ спортивной деятельности.	<p>Специфика спортивной деятельности. Цели, мотивы, средства, результаты спортивной деятельности. Динамика мотивов спортивной деятельности. Психологическая систематика видов спорта, ее прикладное значение. Структура деятельности тренера и учителя физкультуры. Психологические основы профессионального мастерства тренера и учителя физкультуры. Профессионально-важные качества (ПВК) тренера и учителя физкультуры.</p>
3	Психологические особенности тренировок и спортивных соревнований.	<p>Психологические особенности основных форм спортивной деятельности (тренировка и соревнования). Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном и соревновательном процессе, а также методы профилактики и психокоррекции психического перенапряжения. Основы спортивной психогигиены. Психологические основы планирования тренировочного процесса.</p>
4	Формирование и развитие личности в спорте.	<p>Индивидуально-психологические особенности личности спортсмена. Направленность личности спортсмена. Формирование характера, волевых качеств личности в спорте. «Спортивные» эмоции. Нарушения развития личности, обусловленные спортивной деятельностью, их диагностика, коррекция, профилактика.</p> <p>Психорегуляция в спорте.</p>
5	Психология обучения и совершенствования в спорте.	<p>Понятие обучения и совершенствования в спортивной деятельности. Психологические особенности физической подготовки спортсмена. Понятие и представление о физических качествах (сила, ловкость, выносливость). Психологические условия достижения высокого уровня спортивного мастерства. Идеомоторная тренировка.</p> <p>Психологические особенности технической и тактической подготовки спортсмена. Понятие о технике движения и двигательных представлениях. Основные функции двигательных представлений. «Специальные» восприятия («чувство воды», «чувство мяча» и т.д.).</p> <p>Структура тактического действия. Тактическое мышление и его специфика. Индивидуальные и групповые тактические действия. Психологические условия формирования и совершенствования тактических знаний, умений, навыков, развитие тактического мышления.</p>

6	Психология спортивной группы.	Спортивная группа как малая социальная группа. Формальная и неформальная структура спортивной команды. Психологический климат и психологическая совместимость в команде. Лидерство и управление командой. Социально-психологические аспекты спорта.
7	Психологическое обеспечение спортивной деятельности.	Психологическая подготовка тренера и спортсмена. Общая и специальная подготовка спортсмена к соревнованиям. Объективные методы диагностики и самооценки неблагоприятных предсоревновательных психических состояний. Аутогенная тренировка. Психофармакология в спорте.

3. Дисциплина Педагогика физической культуры и спорта (18 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Предмет, задачи, методы педагогики спорта и физического воспитания.	Предмет педагогики спорта и физического воспитания. История становления педагогики спорта и физического воспитания как самостоятельной психологической науки. Межпредметные связи. Основные теоретические и прикладные задачи педагогики спорта и физического воспитания. Методы педагогики спорта и физического воспитания.
2	Педагогический анализ спортивной деятельности.	Специфика спортивной деятельности. Цели, мотивы, средства, результаты спортивной деятельности. Динамика мотивов спортивной деятельности. педагогическая систематика видов спорта, ее прикладное значение. Структура деятельности тренера и учителя физкультуры. Педагогические основы профессионального мастерства тренера и учителя физкультуры. Профессионально-важные качества (ПВК) тренера и учителя физкультуры.
3	Педагогические особенности тренировок и спортивных соревнований.	Педагогические особенности основных форм спортивной деятельности (тренировка и соревнования). педагогическое напряжение и перенапряжение в тренировочном и соревновательном процессе, а также методы профилактики и психокоррекции психического перенапряжения.

		<p>Основы спортивной психогигиены. Педагогические основы планирования тренировочного процесса.</p>
4	<p>Формирование и развитие личности в спорте.</p>	<p>Индивидуально-психологические особенности личности спортсмена. Направленность личности спортсмена. Формирование характера, волевых качеств личности в спорте. «Спортивные» эмоции. Нарушения развития личности, обусловленные спортивной деятельностью, их диагностика, коррекция, профилактика.</p> <p>Психорегуляция в спорте.</p>
5	<p>Педагогика обучения и совершенствования в спорте.</p>	<p>Понятие обучения и совершенствования в спортивной деятельности. Педагогические особенности физической подготовки спортсмена. Понятие и представление о физических качествах (сила, ловкость, выносливость). Педагогические условия достижения высокого уровня спортивного мастерства. Идеомоторная тренировка.</p> <p>Педагогические особенности технической и тактической подготовки спортсмена. Понятие о технике движения и двигательных представлениях. Основные функции двигательных представлений. «Специальные» восприятия («чувство воды», «чувство мяча» и т.д.).</p> <p>Структура тактического действия. Тактическое мышление и его специфика. Индивидуальные и групповые тактические действия. Педагогические условия формирования и совершенствования тактических знаний, умений, навыков, развитие тактического мышления.</p>
6	<p>Педагогика спортивной группы.</p>	<p>Спортивная группа как малая социальная группа. Формальная и неформальная структура спортивной команды. Педагогический климат и психологическая совместимость в команде. Лидерство и управление командой. Социально-педагогические аспекты спорта.</p>
7	<p>Педагогическое обеспечение спортивной деятельности.</p>	<p>Педагогическая подготовка тренера и спортсмена. Общая и специальная подготовка спортсмена к соревнованиям. Объективные методы диагностики и самооценки неблагоприятных предсоревновательных психических состояний. Аутогенная тренировка. Психофармакология в</p>

		спорте.
--	--	---------

4. Дисциплина Современные средства оценивания результатов обучения (18 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Понятие «качество образования»». оценка как элемент управления качеством	Понятие «качество образования». . Оценка как элемент управления качеством. Общероссийская система оценки качества образования (ОСОКО). Мониторинг как основной принцип современной оценки результатов обучения.
2	Традиционные и новые средства оценивания результатов обучения	Традиционные контрольно-оценочные средства. Контроль и оценка в современном образовании. Контрольно-оценочная система в школе.
3	История развития тестирования в России и за рубежом	Исторические предпосылки современного тестирования в отечественном образовании. Развитие тестирования в зарубежных странах. Направления и проблематика современных российских и зарубежных исследований по вопросам измерений и тестирования в образовании.
4	Педагогические тесты. виды тестов и формы тестовых заданий	История становления понятия «педагогический тест». Понятие «педагогический тест». Классификация педагогических тестов. Методика разработки педагогических тестов. Формы тестовых заданий.

5. Дисциплина Правовые основы физической культуры и спорта (20 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Правовое обеспечение физической культуры и спорта	Понятие права, его функции. Источники права. Виды нормативно-правовых актов. Законодательная база физкультурно-спортивной деятельности. Содержание Законов РФ «О физической культуре и спорте», «О туризме».
2	Правовое регулирование труда работников физической культуры и спорта	Организационно-правовые основы подбора и расстановки кадров. Трудовой договор. Особенности заключения трудовых договоров в сфере физической культуры и спорта. Трудовой договор в области профессионального спорта: права и обязанности спортсмена. Правовые основы оплаты труда. Безопасность труда.
3	Правовое обеспечение профессиональной	Дополнительные меры государственной поддержки физической культуры и спорта. Правовое обеспечение

	деятельности в сфере физической культуры и спорта	и регулирование спортивного движения в РФ. Правовой статус спортсмена.
4	Правовой статус субъектов физкультурно-спортивной деятельности	Правовое обоснование деятельности учебно-спортивных учреждений. Аттестация и аккредитация физкультурно-спортивных учреждений. Лицензирование деятельности коммерческих и некоммерческих учреждений в сфере физической культуры и спорта.
5.	Правовые основы противодействия применению допинга в спорте.	Меры, направленные на ограничение доступности допинга и применения запрещенных допинговых препаратов и методов допинга. Понятие и разрешение спортивных споров в мире и в РФ.

6. Дисциплина Теория и методика физической культуры и спорта (24 часа)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Понятие Фитнес	Психический и физический фитнес. Принципы оздоровительной тренировки.
2	Оздоровительная аэробика	Виды оздоровительной тренировки, содержание занятий оздоровительной аэробикой.
3	Силовая тренировка	Виды тренажеров, тренировочные принципы. Методика тренировок.
4	Методика проведения занятий с различными категориями занимающимися.	Тренировочные принципы для разных категорий занимающихся. Направление mind body.

7. Дисциплина Анатомия (40 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Общая анатомия	Введение в анатомию.
		Учение о клетке и ткани.
		Опорно-двигательный аппарат: учение о костной системе, соединениях костей, мышцах.
		Учение о внутренних органах.
		Учение о сосудах
		Учение о нервной системе и органах чувств.
		Эндокринная система.

2	Частная анатомия	Скелет туловища, соединения костей.
		Скелет головы. Соединения черепа.
		Скелет верхней конечности, соединения костей.
		Скелет нижней конечности, соединения костей.
		Мышцы туловища.
		Мышцы головы и шеи.
		Мышцы верхней конечности.
		Мышцы нижней конечности.
		Анатомический анализ различных положений и движений тела человека.
		Пищеварительный аппарат.
		Дыхательный аппарат.
		Мочеполовой аппарат.
		Сердечно-сосудистая система.
		Строение нервной системы. Органы чувств.
		Органы внутренней секреции.

8. Дисциплина Физиология спорта (24 часа)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общая физиология	Организм и его основные физиологические функции
		Гомеостаз и адаптация
		Физиология возбудимых тканей
		Физиология двигательного аппарата
		Физиология основных нервных структур
2	Частная Физиология	Физиология центральной нервной системы
		Нервная регуляция вегетативных функций
		Гормональная регуляция физиологических функций
		Физиология анализаторных систем
		Высшая нервная деятельность
		Физиология системы крови
		Физиология системы кровообращения
		Физиология системы дыхания
		Физиология системы пищеварения
		Обмен веществ и энергии
		Терморегуляция
		Выделительные процессы

9. Дисциплина Гигиена физической культуры и спорта (12 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Общая	История развития гигиены как науки.

	гигиена	<p>Гигиена воздуха.</p> <p>Гигиена воды. Значение воды для человека, ее гигиеническое значение. Качество воды. Показатели физического, химического и бактериологического загрязнения воды.</p> <p>Гигиена питания. Рациональное питание. Характеристика основных компонентов питания (белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества.). Современные приоритеты и проблемы гигиены питания. Теории питания. Понятие идеальной массы тела. Биоэнергетика, понятия основного и общего обмена. Питание спортсменов. Биологически активные добавки. Их роль в спортивном питании.</p> <p>Гигиена зрения, профилактика миопий. Влияние занятий физкультурой и спортом на развитие близорукости. Гигиена органов слуха, расстройства слуха и их профилактика гигиена зрения и слуха. Нормирование шумовых воздействий.</p>
2.	Гигиена физической культуры и спорта	<p>Гигиена тренировки (с учетом возрастных особенностей) и для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Гигиенические требования к организации и планированию тренировки. Гигиеническое нормирование тренировочных занятий. Внешние условия при тренировке и соревнованиях. Режим тренирующегося спортсмена. Стимуляторы в спорте. Личная гигиена спортсменов.</p> <p>Гигиена опорно-двигательного аппарата, профилактика нарушений осанки.</p> <p>Гигиена физической культуры в среднем и пожилом возрасте.</p> <p>Предупреждение травматизма, перетренированности и перенапряжения при занятиях оздоровительной физической культурой.</p> <p>Восстановительные формы оздоровительной физкультуры.</p>

10. Дисциплина Биомеханика (30 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Общие вопросы биомеханики	Введение, предмет и история биомеханики
		Биомеханика двигательного аппарата человека. Кинематика движений человека
		Биомеханические характеристики движений человека. Механическая работа и энергия при движении человека
		Биомеханические аспекты управления движениями человека
		Биомеханика двигательных качеств
2	Частные вопросы биомеханики	Спортивно-техническое мастерство
		Дифференциальная биомеханика: онтогенез моторики, особенности моторики женщин
		Движения вокруг осей
		Сохранение положения тела. Движения на месте

	Локомоторные движения
	Перемещающие движения

11. Дисциплина Основы спортивного питания (18 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Эргогеническая диететика в системе спортивной подготовки	Эргогенические эффекты от используемых диетарных средств. Адаптационные изменения, развивающиеся в организме под влиянием применяемых эргогенических средств.
2.	Метаболизм и развитие мускулатуры	Особенности протекания обменных процессов в организме спортсменов. Влияние инсулина и соматотропного гормона на развитие мускулатуры. Катаболическое влияние на рост мышечной массы кортизола
3.	Организация питания спортсменов	Циклическая диета, ее основные принципы. Принцип ротационной диеты. Ее использование в практике спорта. Углеводные компоненты питания, моносахариды, дисахариды, полисахариды, их строение и функциональное назначение. Анаболические и катаболические факторы организма. Полноценный белок. Белково-углеводное питание. «Окно восстановления».
4.	Биологически активные добавки, применяемые в спорте. Понятие допинга	Классификация препаратов, запрещенных к применению в спорте. Анаболические стероиды, диуретики, стимуляторы ЦНС, ноотропы, механизм действия, влияние на организм спортсмена.

12. Дисциплина Спортивная медицина (18 часов)

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Характеристика и определение физического развития, функциональных резервов и физических качеств спортсмена	Учение о физическом развитии Характеристики функционального состояния организма спортсменов Физическая работоспособность и функциональная готовность организма спортсменов Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов.
2	Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физкультурой и	Медико-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий и соревнований. Медико-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой лицами различного возраста и пола.

	спортом	Медико-педагогические наблюдения за физическим воспитанием школьников и Слушателей. Медико-педагогическое наблюдение за юными спортсменами Средства восстановления спортивной работоспособности
3	Основы общей и спортивной патологии	Заболевания спортсменов Спортивный травматизм и его предупреждение Основы первой доврачебной помощи

13. Дисциплина Современные технологии физкультурно-спортивной деятельности (18 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Технологический подход в обучении	1. Сущность технологического подхода в обучении. 2. Диагностическое целеполагание. Педагогические таксономии. 3. Виды и типы педагогических технологий. Информационные, адаптивные, развивающие и личностно ориентированные технологии.
2	Современные образовательные технологии и их использование в учебном процессе	1. Современные образовательные технологии и их использование в учебном процессе 2. Технология дифференцированного обучения 3. Технология модульного обучения. Структура дидактического модуля по предмету 4. Метод проектов 5. Исследовательские и поисковые технологии 6. Диалоговые и дискуссионные технологии
3	Технологии обучения математике	1. Технология наглядно-модельного обучения математике. 2. Технология развивающего обучения математике. 3. Реализация дифференцированного подхода к обучению математике. Организация групповой работы. 4. Укрупнение дидактических единиц при обучении ФК. 5. Диагностика в обучении ФК.

14. Дисциплина Базовые виды физической культуры (30 часов)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	История ФК	Изучение развития ФК в различные исторические периоды. Становление национальных систем ФК.

		ФК в Советской и Российской системе физического воспитания.
2	Терминология.	Изучение терминологии, ее значение. Правила и формы записи упражнений.
3	Предупреждение травматизма на занятиях ФК.	Изучение причин и возникновения травм, способов их предупреждения. Обучение приемам страховки и помощи.
4	Средства ФК. Основы техники и методика обучения упражнениям.	Освоение техники упражнений, упражнений с предметами и без предметов; методов обучения и тренировки, форм организации занятий, навыков в самостоятельном составлении и проведении различных заданий, способов применения упражнений в целях направленного воздействия на функции отдельных органов, систем и организма в целом, формирование правильной осанки, развития двигательных психических и личностных свойств занимающихся; повышение своей физической подготовленности.
5	Методика проведения занятий по ФК с различными категориями занимающихся.	Изучение и практическое освоение организации и содержания занятий с детьми по ФК в школе. Проведение отдельных частей урока. Освоение особенностей занятий ФК с лицами старшего и пожилого возраста.
6	Организация и методика научно-исследовательской работы по ФК.	Изучение правил и требований к написанию курсовой работы, этапов подготовки к исследованию, выбора темы, определения её актуальности, плана исследований, сбора экспериментального материала, оформления работы.
7	Строевые упражнения.	Освоение техники строевых упражнений и приемов, поворотов на месте и в движении, построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, сдачи рапорта, строевых комбинаций.
8	Общеразвивающие упражнения (ОРУ).	Освоение техники и методики проведения техники общеразвивающих упражнений без предметов, на гимнастической стенке, гимнастической скамейке, с набивными мячами, гантелями, с гимнастической палкой, вдвоем и в сопротивлении, комбинированного проведения на стенке и скамейке, способом «поточно». Изучение правил и требований к записи конспекта.
9	Прикладные упражнения	Освоение техники прикладных упражнений, переползаний, переноски груза и партнера, лазаний и перелезаний, упражнений в равновесии, прыжковых упражнений, подвижных игр и эстафет.
10	Вольные упражнения.	Освоение техники, изучение и выполнение комбинаций вольных упражнений без предметов и с гимнастической палкой, строевой композиции.

11	Упражнения музыкально-ритмического воспитания	Выполнение гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение, способствующих развитию у занимающихся «музыкального слуха» и чувства ритма.
12	Упражнения гимнастического многоборья.	Разучивание и выполнение гимнастических упражнений на перекладине, брусках, брусьях р/в, кольцах, в акробатике, коне-махи, бревне, опорных прыжках. Изучение терминологии, методики обучения, подводящим упражнениям.
13	Проведение уроков по школьной программе	Изучение организации и методики проведения урока ФК по школьной программе I-XI классы. Проведение урока ФК.