

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Направление *44.03.05 Педагогическое образование*
(с двумя профилями подготовки)

Направленность - *Физическая культура, безопасность жизнедеятельности*

Квалификация выпускника: бакалавр

Кострома
2022

Рабочая программа дисциплины «Детско-юношеский спорт» по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность - физическая культура, безопасность жизнедеятельности разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» и уровню высшего образования Бакалавриат, утвержденный приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 125 (далее – ФГОС ВО); зарегистрировано в Минюсте России 15 марта 2018г. N 50358.

Разработал: Крылов Л.В. к.п.н., доцент кафедры физической культуры и спорта

Рецензент: Пашканова Н.А. Директор Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения города Костромы "Средняя общеобразовательная школа №1", к.п.н.,

Рецензент: Еремина Л.Е. Директор Муниципального автономного учреждения города Костромы "Спортивная школа №6", Заслуженный работник физической культуры РФ. Мастер спорта СССР международного класса

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры физической культуры и спорта
Протокол заседания кафедры №8 от 22.03.2022 г.
Заведующий кафедрой физической культуры и спорта:
Смирнова Л.М., к.п.н., профессор.

ПЕРЕУТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры физической культуры и спорта
Протокол заседания кафедры №8 от 17.04.2023 г.
Заведующий кафедрой физической культуры и спорта:
Смирнова Л.М., к.п.н., профессор.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование готовности студентов к использованию систематизированных теоретических и практических знаний детско-юношеского спорта, и применение их в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- Формирование теоретической и практической профессиональной подготовки в области физической культуры и спорта;
- Формирование знания о понятийном аппарате теории и методике детско-юношеского спорта;
- Формирование навыка владения средствами и методами организации учебно-тренировочного и соревновательного процесса в детско-юношеском спорте.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

освоить компетенции:

Код и содержание индикаторов компетенции

ПК - 2. Готов осуществлять деятельность, соответствующую дополнительной общеобразовательной программе	ПК-2.1. готов к осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в избранной области ПК-2.2. готов к реализации методики организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ соответствующей направленности
ПК-3. Способен осуществлять тренировочные мероприятия и руководить соревновательной деятельностью спортсменов	ПК - 3.1. - Применяет методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта ПК - 3.2. - Осуществляет проведение со спортсменами тренировок на основе комплекса специальных упражнений, соответствующих специфике соревновательной деятельности и техники вида спорта, с целью развития технической подготовки ПК - 3.3. - Демонстрирует правила соревнований по видам спорта и дисциплинам. Использует современные, в том числе новейшие, методики подготовки спортсменов. ПК - 3.4. - Планирует комплексные программы подготовки спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям по соответствующему направлению в работе.

знать:

- программно-методические и нормативно-правовые основы функционирования системы подготовки юных спортсменов;
- принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений занимающихся, психолого-педагогические средства и способы организации и управления спортсменом, спортивной командой;

уметь:

- использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и

психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам;

- использовать накопленные в области детско-юношеского спорта ценности для воспитания патриотизма, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;

владеть:

- методикой организации учебно-тренировочного занятия и проведения спортивных соревнований;

- навыками контроля и коррекции спортивной тренировки;

- навыками тестирования и оценки компонентов спортивных способностей

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина «Детско–юношеский спорт» относится к обязательным дисциплинам части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, изучается в 7–8 семестрах.

Требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении дисциплины «Детско–юношеский спорт» являются владение знаниями по физической культуре в объеме школьной программы и/или программы учебного предмета «Физическая культура» для выпускников среднего профессионального образования.

Для освоения дисциплины используются знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения дисциплин «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорта», «Педагогическое мастерство в сфере физической культуры и спорте», «Основы деятельности инструкторов физической культуры в загородных оздоровительных центрах и на летних спортивных площадках», «Основы прикладного плавания», «Особенности подготовки спортивных волонтеров»,

Освоение данной дисциплины является основой для последующего изучения дисциплин части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана: «Педагогическое мастерство в сфере физической культуры и спорта», «Основы антидопингового обеспечения», прохождение педагогической практики в учреждениях дополнительного образования, практики: научно-исследовательская работа, в подготовке и сдаче государственной итоговой аттестации.

Дисциплины или иные компоненты ОП формирующие указанные выше компетенции:

Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте

Педагогическое мастерство в сфере физической культуры и спорте

Основы прикладной кинезиологии

Основы деятельности инструкторов физической культуры в загородных оздоровительных центрах и на летних спортивных площадках

Основы антидопингового обеспечения

Основы прикладного плавания

Особенности подготовки спортивных волонтеров

Основы адаптивной физической культуры

Безопасность в туризме

Педагогическая практика в учреждениях дополнительного образования

Практика: научно-исследовательская работа

Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

4. Объем дисциплины

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических часов и виды учебной работы

Виды учебной работы,	Очная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	6
Общая трудоемкость в часах	216
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	78,6
Лекции	22
Практические занятия	54
Лабораторные занятия	-
Практическая подготовка	-
Самостоятельная работа в часах	137,4
Форма промежуточной аттестации	(2,6) зачет в 7 сем. экзамен в 8 сем.

4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

Виды учебных занятий	Очная форма
Лекции	22
Практические занятия	54
Лабораторные занятия	-
Консультации	2
Зачет/зачеты	0,25
Экзамен/экзамены	0,35
Курсовые работы	-
Курсовые проекты	-
Практическая подготовка	-
Всего	78,6

5 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий

5.1 Тематический план учебной дисциплины

Очная форма обучения

\	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекц.	Практ.	Лаб.	
1	Основы теории и методики детско-юношеского спорта	30	2	6	-	22
2	Организационные и программно – нормативные основы работы спортивных школ	35	4	10	-	21
3	Возрастные особенности занятий с юными спортсменами	34	4	8	-	22
4	Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.	38	4	10	-	24
5	Теория спортивного отбора	38	4	10	-	24
6	Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов	38,4	4	10	-	24,4
	Форма промежуточной аттестации	2,6				
	Итого:	6/216	22	54	-	137,4

5.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Основы теории и методики детско-юношеского спорта.

Детско-юношеский спорт как учебная дисциплина, ее цель. Объект и предмет дисциплины. Задачи и основные требования к обучающимся. Источники теории и методики детско-юношеского спорта и смежные науки, место среди других областей знания. Основные понятия теории и методики детско-юношеского спорта Роль спорта в физическом воспитании детей и молодежи. Цели и задачи в процессе спортивных занятий с детьми школьного возраста. Методические основы детско-юношеского спорта. Проблема выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. История становления и развития детско-юношеского спорта в России.

Тема 2. Организационные и программно–нормативные основы работы спортивных школ.

Задачи спортивных школ различных типов. Основные программно-методические документы, регламентирующие деятельность спортивных школ. Оценка эффективности учебно-тренировочного процесса в спортивной школе. Система оценки качества работы тренера спортивной школы. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов.

Тема 3. Возрастные особенности занятий с юными спортсменами.

Учет возрастных особенностей функций организма юных спортсменов в младшем школьном возрасте, среднем школьном возрасте, старшем школьном возрасте. Построение тренировочных занятий. Общеразвивающие и специальные упражнения в тренировке юных спортсменов.

Тема 4. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.

Периодизация спортивной тренировки. Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте.

Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка. Структура тренировочного процесса. Понятие о микро-, мезо- и макроциклах. Структура тренировочного занятия. Проблемы периодизации спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки. Организация и проведение соревнований в общеобразовательных школах, в детско-юношеских спортивных школах, в сузах и вузах. Основные документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований для юных спортсменов. Нормы соревновательных нагрузок и условий проведения соревнований по видам спорта для спортсменов детского и юношеского возрастов. Подготовка юного спортсмена к участию в соревнованиях.

Тема 5. Теория спортивного отбора.

Индивидуальные способности и выбор занятий спортом. Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей. Понятия: «спортивная ориентация» и «спортивный отбор» (способности, одаренность, талант). Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей. Основные этапы системы отбора в спортивную школу. Методы отбора детей и подростков при комплектовании спортивных школ. Критерии отбора в различные группы видов спорта. Система отбора юных спортсменов. Задачи первого этапа отбора. Задачи второго этапа отбора. Задачи третьего этапа отбора. Задачи четвертого этапа отбора.

Тема 6. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов

Перспективные планы спортивной тренировки, годичный план подготовки, оперативное планирование, система комплексного контроля. Педагогический контроль и учет. Медицинский и научный контроль. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов.

5.3. Практическая подготовка

Практическая подготовка не предусмотрена учебным планом.

6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине (модулю)

Для очной формы обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Задание	Часы	Методические рекомендации	Форма контроля
1.	Основы теории и методики детско-юношеского спорта	Подготовить доклад на тему «Роль спорта в физическом воспитании детей и молодежи», «Цели и задачи в процессе спортивных занятий с детьми школьного возраста», «История становления и развития детско-юношеского спорта в России»	22	Могут быть использованы не только рекомендованная литература и интернет-ресурсы, но и самостоятельно подобранные студентом по согласованию с преподавателем	Устный опрос Доклад
2	Организационные и программно–нормативные основы работы спортивных школ	Проанализировать федеральный стандарт спортивной подготовки по ИВС и рассмотреть структуру программы спортивной подготовки по ИВС, подготовить сообщение по пункту программы «Методическая часть» «Основные программно-методические документы, регламентирующие деятельность спортивных школ». Подготовить доклад на тему «Задачи работы спортивных школ различных типов», «Оценка эффективности учебно-тренировочного процесса в спортивной школе», «Система оценки качества работы тренера спортивной школы»	21	Студенту необходимо подготовить доклады в виде презентаций, опираясь на практический опыт в г. Костроме	Устный опрос. Презентация Годовой план-график тренировочного процесса
3.	Возрастные особенности занятий с юными спортсменами.	Разработать конспект занятия по ИВС с на основе общеразвивающих и специальных упражнений; Проанализировать возрастные особенности юных спортсменов в младшем школьном возрасте, среднем школьном возрасте, старшем школьном возрасте и составить таблицу благоприятного возраста развития физических качеств. Подготовить доклад на тему ««Внеклассные занятия спортом в общеобразовательной школе», «Детско-юношеские спортивные школы», Разработать Положение о проведении соревнования: в общеобразовательной школе,	22	Студенту необходимо подготовить доклады в виде презентаций, опираясь на практический опыт в г. Костроме Студенту необходимо подготовить Положения о проведении соревнования,	Устный опрос. Презентация Устный опрос. Оценка Положения о

		в оздоровительном и спортивно-оздоровительном лагере, в детско-юношеской спортивной школе, в сузе, в вузе. Разработать план работы по подготовке юного спортсмена к участию в соревнованиях.		опираясь на практический опыт в г. Костроме	проведении соревнования План подготовки спортсмена к соревнованиям
4.	Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.	Подготовить доклад на тему «Периодизация спортивной тренировки», «Спортивная подготовка спортсмена», «Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов», «Структура тренировочного процесса», «Структура тренировочного занятия», «Структура многолетней подготовки» Разработать конспект занятия по избранному виду спорта (по заданию) По обзору журнальных статей и диссертационных исследований подготовить сообщение с презентацией по одной из современных проблем научных исследований в детско-юношеском спорте и возможных направлениях ее решения	24	Студент должен показать на практическом занятии полученные теоретические знания	Устный опрос. Доклад. Конспект Проведение тренировочного занятия
5	Теория спортивного отбора	Подготовить доклад на тему «Актуальность и важность проблемы спортивного отбора, «Определение «спортивного отбора» и «спортивная ориентация», «Основные этапы системы отбора в спортивную школу» «Методы отбора детей и подростков при комплектовании спортивных школ», «Критерии отбора в различные группы видов спорта» Разработать программу тестирования для избранного вида спорта	24	Студенту необходимо подготовить доклады в виде презентаций, опираясь на практический опыт в г. Костроме	Устный опрос. Презентация Оценка программы тестирования
6	Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов	«Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов». Составить годовой план-график тренировочного процесса.	24,4	Могут быть использованы не только рекомендованная литература и интернет-ресурсы, но и самостоятельно подобранные	Устный опрос Доклад

		Разработать программу восстановлению юного спортсмена, тренирующегося в избранном виде спорта (уточнить этап и период подготовки, а также характерные особенности вида спорта, в большей степени требующие проведения восстановительных мероприятий)		студентом по согласованию с преподавателем	
--	--	--	--	--	--

6.2. Тематика и задания для практических занятий

(Очная форма обучения)

Тема 1. Основы теории и методики детско-юношеского спорта.

1. Доклад «Роль спорта в физическом воспитании детей и молодежи».
2. Доклад «Цели и задачи в процессе спортивных занятий с детьми школьного возраста».
3. Методические основы детско-юношеского спорта.
4. Проблема выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки.
5. Доклад «История становления и развития детско-юношеского спорта в России».

Тема 2. Организационные и программно–нормативные основы работы спортивных школ.

1. Доклад «Задачи работы спортивных школ различных типов».
2. Доклад «Основные программно-методические документы, регламентирующие деятельность спортивных школ».
3. Доклад «Оценка эффективности учебно-тренировочного процесса в спортивной школе».
4. Доклад «Система оценки качества работы тренера спортивной школы».
5. Доклад «Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов».
6. Составить годовой план-график тренировочного процесса.

Тема 3. Возрастные особенности занятий с юными спортсменами.

1. Доклад «Возрастные особенности занятий с юными спортсменами в младшем школьном возрасте».
2. Доклад «Возрастные особенности занятий с юными спортсменами в среднем школьном возрасте».
3. Доклад «Возрастные особенности занятий с юными спортсменами в старшем школьном возрасте».
4. Составить программу занятий в микроцикле на развитие физических качеств с учетом возраста (по заданию)

Тема 4. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения.

1. Доклад «Периодизация спортивной тренировки».
2. Доклад «Спортивная подготовка спортсмена».
3. Доклад «Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов».
4. Доклад «Структура тренировочного процесса».
5. Доклад «Структура тренировочного занятия».
6. Доклад «Структура многолетней подготовки».
7. Выполнение задания по составлению плана-конспекта проведения учебно-тренировочного занятия с учетом периода и спортивной тренировки юных спортсменов этапа в избранном виде спортивной специализации
8. Провести тренировочное занятие (по заданию).
9. Разработать Положение о проведении соревнования: в общеобразовательной школе, в детско-юношеской спортивной школе, в сузе, в вузе.
10. Разработать план работы по подготовке юного спортсмена к участию в соревнованиях.
11. Провести микро-соревнование на практическом занятии.

Тема 5. Теория спортивного отбора.

1. Доклад «Актуальность и важность проблемы спортивного отбора».
2. Доклад «Определение «спортивного отбора» и «спортивная ориентация»».
3. Доклад «Основные этапы системы отбора в спортивную школу».
4. Доклад «Методы отбора детей и подростков при комплектовании спортивных школ».
5. Доклад «Критерии отбора в различные группы видов спорта».
6. Разработать программу тестирования для избранного вида спорта

Тема 6. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов.

1. Изучить возможные методы контроля за соревновательными и тренировочными нагрузками в спорте, в избранном виде спортивной специализации. Законспектировать в тетради.

2. Выполнить письменное задание по подбору контрольных упражнений для диагностирования уровня физической, технической, тактической и психологической подготовленности занимающихся с учетом особенностей соревновательной деятельности избранного вида спорта

3. Законспектировать цели, виды и документы учета в процессе спортивной тренировки детей и юношей.

6.3. Тематика и задания для лабораторных занятий

(не проводятся)

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная:

1. Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 10-е изд., испр. - М. : Академия, 2012. - 478, [2] с. - (Бакалавриат) (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование). - Библиогр.: с. 472-473. - ISBN 978-5-7695-8798-6.

б) дополнительная

1. Волков, И. П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта : учебное пособие : [12+] / И. П. Волков. – Минск : РИПО, 2015. – 196 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463697> (дата обращения: 21.05.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-985-503-542-9. – Текст : электронный.

2. Кузьменко, Г.А. Интеллектуальное воспитание подростка-спортсмена как средство повышения его конкурентоспособности в спортивной деятельности»: дополнительная профессиональная программа (повышения квалификации) для тренеров детско-юношеских спортивных школ и учителей физической культуры, реализующих программы секционных занятий по избранным видам спорта / Г.А. Кузьменко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Московский педагогический государственный университет». - Москва : МПГУ, 2015. - 120 с. : ил. - Библиогр.: с. 114-119. – ISBN 978-5-4263-0286-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=470547>

3. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года. – [Электронный ресурс]. – Министерство спорта РФ

4. Кузьменко, Г. А. Концепция интеллектуального развития подростков в детско - юношеском спорте / Г. А. Кузьменко. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 212 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=470748> (дата обращения: 21.05.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4263-0505-2. – Текст : электронный

5. Филатова, Н. П. Тренировочные задания на льду в подготовке хоккеистов 9–10 лет : учебное пособие : [16+] / Н. П. Филатова, А. Ю. Асеева, П. С. Стрельников. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 88 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607561> (дата обращения: 21.05.2021). – Библиогр.: с. 85-87. – ISBN 978-5-91930-134-9. – Текст : электронный.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Информация о курсе дисциплины в СДО - <https://sdo.ksu.edu.ru/course/view.php?id=65>

Элемент «Лекции»;

Элемент «Практические занятия»;

Элемент «Самостоятельная работа»;

Элемент «Промежуточная аттестация»;

Элемент «Обратная связь с обучающимися».

Информационно-образовательные ресурсы:

1. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации // <https://минобрнауки.рф>
2. Министерство спорта Российской Федерации// <http://www.minsport.gov.ru/>
3. Электронная библиотека спорта. - <http://wholesport.ru>
4. Журнал «Теория и практика физической культуры» // <http://www.teoriya.ru/journals>
5. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» // <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot>.
6. Дистанционные образовательные технологии в физической культуре // <http://corfit.ru>.
Электронные библиотечные системы:
 1. ЭБС «Университетская библиотека online»

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Лекционные и практические занятия проводятся в аудиториях с требуемым числом посадочных мест, оборудованные мультимедиа: ауд. № 21, 23, 24 с/к «Юность» на 25-50 посадочных мест.

Оборудование: интерактивная доска, мультимедийный проектор, телевизор, компьютер, презентации к лекциям.

Специальное лицензионное ПО не используется. Свободно распространяемое программное обеспечение: необходимое программное обеспечение - офисный пакет.

Стадион: футбольное поле, легкоатлетическая дорожка, сектор для прыжков, метания.

Спорткомплекс «Юность»:

Игровой спортивный зал -35,5 м x 17,5 м, Гимнастический зал - 8,3 м x 18 м.

Брусья разновысокие, бревно, конь прыжковый, козел прыжковый, мостик гимнастический, маты гимнастические кольца, гимнастическая стенка, гимнастический ковер, гимнастические скамейки, гимнастический мат для прыжков, мягкий и жесткий спортивный инвентарь, музыкальный центр.