

# МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО»  
(ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского)

## Аннотация программы курсов повышения квалификации «Современные методики и педагогические технологии в дополнительном образовании»

### 1. Цели реализации программы

Совершенствование компетенций и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации, необходимых для профессиональной деятельности тренера по виду спорта на базе физкультурно-спортивных организаций, центров спортивной подготовки, а также образовательных организаций дополнительного образования детей, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта;

формирование комплекса знаний в области приоритетного направления развития образовательной системы Российской Федерации;

формирование комплекса знаний в области изучения законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность.

### 2. Требования к уровню освоения содержания программы

Выпускник, освоивший Программу, должен обладать компетенциями (ПК), соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована Программа:

а) общекультурные компетенции (ОК):

- владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-1);

- готовность использовать нормативные правовые документы в своей деятельности (ОК-13);

б) профессиональные компетенции (ПК):

- готовность применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-3);

- способность использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-5);

- готовность к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами (ПК-6);

- готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-8).

### 3. Содержание программы. Основные разделы.

**3.1. Цель:** Совершенствование компетенций и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации, необходимых для профессиональной

деятельности тренера по виду спорта на базе физкультурно-спортивных организаций, центров спортивной подготовки, а также образовательных организаций дополнительного образования детей, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта.

### **3.2. Планируемые результаты обучения.**

В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций, указанных в разделе:

*Слушатель должен знать:*

- приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность;
- физические и психические возрастные особенности обучающихся;
- основы теории и практики физического воспитания;
- основы спортивной медицины и спортивной гигиены;
- способы оказания доврачебной медицинской помощи;
- методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- методы и формы мониторинга образовательной деятельности обучающихся;
- специфику техники безопасности при проведении занятий;
- методики и приёмы определения проблем и перспектив собственного профессионального развития;
- федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта, общероссийские антидопинговые правила.
- Методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.
- Методики проведения занятий по туризму.

*Слушатель должен уметь:*

- вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении техники безопасности на спортивных объектах при проведении занятий;
- создавать организационно-педагогические и психологические условия при проведении занятий;
- вносить коррективы в организацию своей образовательной деятельности и в повышение результативности образовательного процесса;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;
- выстраивать партнёрские отношения с обучающимися, родителями и коллегами.

*Слушатель должен владеть:*

- основами современных методик и технологий преподавания занятий по избранному виду спорта, направленных на физическое совершенствование обучающихся и повышение функциональных возможностей их организма;
- методикой обучения занимающихся самоконтролю при дозировке физической нагрузки;
- технологиями и методами педагогического контроля за результатами обучения и воспитания;
- различными формами коммуникации для решения задач профессиональной деятельности;
- навыками выстраивания социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

В результате совершенствования указанных компетенций слушатель получает возможность реализовать в своей профессиональной деятельности следующие трудовые функции:

- планирование проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий физкультурно-спортивной организации;
- составление плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия физкультурно-спортивной организации;
- оповещение занимающихся в физкультурно-спортивной организации о предстоящем физкультурно-оздоровительном или спортивно-массовом мероприятии, доведение информации о программе проведения мероприятий до участников и иных заинтересованных лиц;
- составление программы проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия физкультурно-спортивной организации с учетом его целей и задач;
- проведение самостоятельно или с привлечением других лиц физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия в физкультурно-спортивной организации;
- составление протокола о проведении физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия физкультурно-спортивной организации;
- проведение с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений, соответствующей специфики вида спорта, с целью развития технической подготовки.

### **3.3. Содержание программы**

#### **Нормативно-правовой модуль**

1. Профессиональный стандарт тренера по видам спорта.
2. Основные нормативные, правовые и иные документы, способствующие реализации государственной политики в области развития образовательной, физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности.
3. Актуальные проблемы трудового права.
4. Профилактика безопасности несовершеннолетних.

#### **Психолого-педагогический модуль**

5. Психология личности спортсмена.
6. Возбуждение, тревожность и стресс в спорте.
7. Психодиагностика в спорте.
8. Психологическая специфика деятельности педагога допобразования.
9. Педагогические способности и умения в профессиональной деятельности педагога дополнительного образования.
10. Спортивно-патриотическое воспитание.
11. Технология воспитательной деятельности спортивного педагога.

#### **Предметный модуль**

12. Общая характеристика современных систем спортивной подготовки и принципов ее функционирования.
13. Обучение двигательным действиям юных спортсменов.
14. Организационно управленческие аспекты подготовки спортивного резерва в России.
15. Прогнозирование спортивных достижений.
16. Современные способы контроля за нагрузкой и состоянием спортсмена.
17. Оптико-электронные средства контроля и коррекции техники спортивных движений.
18. Организация и содержание спортивного отбора в многолетнем тренировочном процессе.

19. Доступный биомеханический анализ в тренерской практике.
20. Контрольно-нормативные основы подготовки юных спортсменов.
21. Современные технологии подготовки спортсменов высокой квалификации.
22. Тренировка и принципы адаптации.
23. Основные виды аэробики.
24. Основные базовые шаги и их модификации.

#### **Медико-биологический модуль**

25. Методы оценки компонентного состава тела спортсменов.
26. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов методом индексов.
27. Нервная регуляция организма.
28. Соединительная ткань, ее развитие и значение для организма. Строение соединительной ткани. Основные элементы соединительной ткани. Основные функции волокон соединительной ткани. Приспособление сухожилий и связок к нагрузке. Реакция соединительной ткани на прием анаболиков. Причины и проявления тендинозов (воспаление сухожилий), повреждения хрящевой ткани.
29. Биохимия мышечного сокращения.
30. Железы внутренней секреции и мышечная работа.
31. Физиологическая характеристика функционального состояния организма при мышечной деятельности.
32. Физиологические закономерности и механизмы развития физических качеств.
33. Вегетативное обеспечение мышечной работы.
34. Функциональные пробы и инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы спортсменов.
35. Функциональные пробы при исследовании системы внешнего дыхания спортсменов и подростков.
36. Инструментальные методы исследования функции внешнего дыхания спортсменов.
37. Физиологические упражнения, стимулирующие развитие соединительной ткани.
38. Функциональные характеристики различных отделов опорно-двигательного аппарата.
39. Особенности состояния систем кровообращения у спортсменов.
40. Патология системы кровообращения у спортсменов.
41. Контроль состояния сердечно-сосудистой системы в тренировочном процессе у подростков и спортсменов.

#### **4. Разработчик**

Кашкаров Виктор Алексеевич, профессор, кандидат педагогических наук

