

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 16.09.2022 08:07:04
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:

Руководитель ООП:

С.В.Комин

«31» сентября 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Специфика работы тренера

49.03.01 Физическая культура

Направление подготовки

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Для студентов 3 курса очной и заочной формы обучения

Составитель: к.б.н., доцент Гужова Т.И.

Тверь, 2022

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины Специфика работы тренера

Целью освоения дисциплины является: дать представления о работе тренера в области физической культуры и спорта, а также в области фитнес-индустрии.

Задачи:

1. Ознакомить с принципами теории управления подготовки спортсмена.
2. Подготовить студентов к самостоятельной тренерской деятельности с использованием широкого спектра профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. ознакомить студентов с особенностями работы тренера в фитнес-клубе, спецификой проведения индивидуальных тренировок.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина читается в шестом семестре и относится к **элективным** дисциплинам части учебного плана. Для освоения ее необходимы знания и умения, сформированные на таких предметах как: анатомия человека, физиология человека, спортивные игры, теория и методика обучения базовым видам спорта, теория и методика физической культуры, допинг-контроль. Знания полученные в ходе освоения вышеуказанной дисциплины будут использоваться студентами в ходе прохождения производственной (тренерской) практики, дальнейшей профессиональной деятельности

3. Объем дисциплины: 4 зачетных единиц, 144 академических часов,

в том числе:

контактная аудиторная работа: лекции 13 часов, практические занятия 26 часов, **самостоятельная работа:** 105 часов, в том числе контроль _____.

Для заочной формы обучения **контактная аудиторная работа:** лекции 6 часов, практические занятия 4 часов, **самостоятельная работа:** 130 часов, в том числе контроль _____.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы УК-3.1; УК-3.2; УК-3.3; УК-3.4; УК-3.5; ПК-3.1; ПК-3.2; ПК-3.3; ПК-3.4

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p><i>УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</i></p>	<p><i>Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе в сфере ФКиС, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели</i></p> <p><i>При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников</i></p> <p><i>Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого</i></p> <p><i>Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели</i></p> <p><i>Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат</i></p>
<p><i>ПК-3 Способен проводить анализ организации тренировочного и образовательного процессов и делать обоснованные предложения по её совершенствованию</i></p>	<p><i>Устанавливать взаимоотношения с обучающимися, их родителями для обеспечения объективного оценивания результатов деятельности обучающихся</i></p> <p><i>Анализирует и интерпретирует результаты педагогического контроля и оценки</i></p> <p><i>Анализирует возрастные особенности учащихся и занимающихся, особенности реализации дополнительных общеобразовательных программ для одаренных учащихся, учащихся с ограниченными возможностями здоровья, вопросы индивидуализации обучения и тренировки</i></p>

5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения _зачет в 6 семестре, для ЗФО зачет на 4 курсе.

6. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час)	Контактная работа (час)		Самостояте льная работа (час)
		Лекции.	Практичес кие занятия	
1.Физическая культура и спорт в жизни современного общества.	21	2	4	15
2. особенности тренерской работы в фитнес-центрах	21	2	4	15
3. Основы оздоровительной спортивной тренировки.	21	2	4	15
4.Индивидуализация педагогического процесса.	21	2	4	15
5. Воспитательная работа тренера.	21	2	4	15
6. Отбор спортсменов.	21	2	4	15
7. Регламент спортивных соревнований по видам спорта	18	1	2	15
итого	144	13	26	105

Для заочной формы обучения

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час)	Контактная работа (час)		Самостояте льная работа (час)
		Лекции.	Практичес кие занятия	
1.Физическая культура и спорт в жизни современного общества.	65	3	2	60
2. особенности тренерской работы в фитнес-центрах	65	3	2	60
итого	130	6	4	120

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
1. Физическая культура и спорт в жизни современного общества.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
2. особенности тренерской работы в фитнес-центрах	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
3. Основы оздоровительной спортивной тренировки.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
4. Индивидуализация педагогического процесса.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
5. Воспитательная работа тренера.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
6. Отбор спортсменов.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг
7. Регламент спортивных соревнований по видам спорта	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция, активное слушание Мастер-класс, форум, тренинг

IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации

1. приведите не менее 3 примеров из жизни современного спорта высших достижений случаев недобросовестной спортивной конкуренции. Оцените данные примеры с позиции моральных принципы.	Приведено три примера и дана аргументированная оценка – 5 баллов; допущено 1-2 ошибки -4 балла; допущено 3-4 ошибки – 3 балла; допущено более 4 ошибок – 2 балла.
1. Перечислите аспекты психологических взаимоотношений между спортсменами в игровых видах спорта. 2. Продолжите фразу:	1 балл за каждый правильный ответ

По характеру и направленности воздействия применяемых средств физическую подготовку принято делить на	
---	--

1. Вы проводите тренировку по игровым видам спорта. В начале основной части занятия, занимающийся получает травму голеностопного сустава. Ваши действия? Указано 5 пунктов – 3 балла,
указано 4 пункта – 2 балла,
указано менее 4 пунктов – 1 балл.

1. Перечислите методы технической подготовки спортсмена. 1 балл за каждый правильный ответ.

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) основная

- Ильина, Н.Л. Психология тренера: учебное пособие / Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. - СПб.: Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 109 с. - ISBN 978-5-288-05683-3 ; То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948>
- Попов, А.Л. Спортивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2013. — 159 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/20275>

б) дополнительная

- Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин ; пер. с англ. И. Шаробайко. - М.: Спорт, 2016. - 464 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-57-2 ; То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454503>
- Кузьменко Г.А. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ [Электронный ресурс]: программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ / Г.А. Кузьменко. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей,

2013. — 54 с. — 978-5-7042-2327-6. — Режим доступа:
<http://www.iprbookshop.ru/24017.html>

Перечень программного обеспечения:

Список ПО:

Google Chrome б

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows антивирус

paint.net б

STDU Viewer version 1.6.375.0 б

Microsoft Windows 10 Enterprise Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

MS Office 365 pro plus Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017;

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС "ЛАНЬ" договор № 04-е/21 от 02.08.2021

2. ЭБС "Университетская библиотека онлайн" договор № 16-06/2021 от 02.08.2021

3. ЭБС "ZNANIUM.com" договор № 05-е/эбс от от 02.08.2021

4. ЭБС "IPRbooks" договор № 8097/21К от от 02.08.2021

5. ЭБС ЮРАЙТ договор № 02-е/21 от от 02.08.2021

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

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЙТИНГ – КОНТРОЛЮ

Текущий контроль осуществляется в ходе учебного процесса и консультирования студентов, по результатам выполнения самостоятельной работы. Основными формами текущего контроля знаний являются:

— обсуждение вынесенных в планах практических занятий вопросов тем и контрольных вопросов;

— участие в дискуссиях по проблемным темам дисциплины и оценка качества проведенной работы.

Максимальная сумма баллов по учебной дисциплине, заканчивающейся зачетом, по итогам семестра составляет 100 баллов.

Обучающемуся, набравшему 40 баллов и выше по итогам работы в семестре, в рейтинговой ведомости учета успеваемости и зачетной книжке выставляется отметка «зачтено».

В течение семестра студент на семинарских занятиях должен набрать в совокупности 50 баллов. Работа на занятии оценивается максимально 5 баллов, 10 баллов контрольные и коллоквиумы.

VII. Материально-техническое обеспечение

Мультимедийный комплекс, спортивный зал, спортивный инвентарь

VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.			
2.			