ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической

работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

Б1.В.03 совершенствование тренировочного процесса (модуль):

**Б1.В.03.ДВ.01.01 ТЕХНИЧЕСКАЯ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ (КОМАНДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА)**

Направление подготовки **49.04.01 Физическая культура**

Направленность (профиль) **Управление системой подготовки спортсменов**

(год начала подготовки – 2021)

Санкт-Петербург

2021

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции (или ее части) | Индикаторы компетенций (код и содержание) |
| ПК-1 | Способен формировать, развивать и поддерживать спортивный потенциал лиц, проходящих спортивную подготовку | ИПК -1.1. знает основные методы и методики моделирования спортивной тренировкиИПК – 1.2 умеет применять средства спортивной тренировки для решения различных задач спортивной подготовкиИПК – 1.3 владеет навыками управлять процессом спортивной тренировки в нестандартных ситуациях |
| ПК-2 | Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки | ИПК – 2.1 знает требования к содержанию и особенности специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки в соответствии с программами спортивной подготовкиИПК – 2.2 умеет применять средства специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки в соответствии с программами спортивной подготовкиИПК – 2.3 владеет методиками развития и совершенствования специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки в соответствии с программами спортивной подготовки |

**2. Место дисциплины в структуре ОП**

Цель дисциплины: подготовить выпускника, обладающего знаниями, умениями, навыками технических и технико-тактических действий, владеющего методами и методическими приемами, современными средствами спортивной подготовки в командных видах спорта и профессиональными компетенциями, необходимыми в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

* изучить техническую и тактическую подготовку в структуре спортивной подготовки в командных видах спорта;
* изучить методику обучения техническим и тактическим действиям в нападении и защите (индивидуальным, групповым, командным);
* сформировать умения подбирать и применять современные средства и методы обучения технике и тактике в командных видах спорта;
* сформировать умения выявлять ошибки при выполнении технических и технико-тактических действий занимающихся, применять средства, методы и методические приемы по их устранению.

Дисциплина «Техническая и технико-тактическая подготовка спортсменов (командные виды спорта)» является дисциплиной по выбору обучающегося, относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, и входит в состав модуля Совершенствование тренировочного процесса. Изучение дисциплины тесно связано и проходит одновременно с изучением дисциплины «Планирование и моделирование спортивной подготовки». Полученные знания могут быть использованы при освоении дисциплин «Физическая подготовка спортсменов (командные виды спорта)», «Технические средства в подготовке спортсменов (командные виды спорта)», при прохождении производственной практики, написании выпускной квалификационной работы.

**3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа (*1 зачетная единица составляет 36 академических часов*).

Заочная форма обучения

|  |  |
| --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час |
|  | практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **24** |
| в том числе: |  |
| Лекции | 8 | - |
| Лабораторные работы/ Практические занятия | -/16 | -/2 |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **107** |
| **Вид промежуточной аттестации (зачет):** | **4** |
| контактная работа | 0,25 |
| самостоятельная работа по подготовке к зачету | 3,75 |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **9** |
| контактная работа | 2,35 |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | 6,65 |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /** **з.е.)**  | **144/4** |

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1. | Исходные понятия предмета. Взаимосвязь физических качеств с техническими и технико-тактическими действиями в командных видах спорта. |
| 2. | Особенности обучения технике занимающихся разных возрастов, пола, подготовленности в командных видах спорта. Особенности проведений учебно-тренировочного процесса по с занимающимися различного возраста, пола, подготовленности. |
| 3. | Тактика в командных видах спорта и ее значение. |
| 4. | Особенности обучения технико-тактическим действиям в нападении. Тактика нападения. |
| 5. | Особенности обучения технико-тактическим действиям в защите. Тактика защиты. |
| 6. | Значение квалифицированного судейства в показе высоких спортивных результатов. |

**4.2 Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3 Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.**

**Практическая подготовка.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование блока (раздела) дисциплины | Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах | Практическая подготовка |
| форма проведения занятия | наименование видов занятий |
| 1. | Особенности обучения технико-тактическим действиям в нападении. Тактика нападения | Практические занятия | решение ситуационных задач, работа в группах,  | учебная игра |
| 2. | Особенности обучения технико-тактическим действиям в защите. Тактика защиты | Практические занятия | решение ситуационных задач, работа в группах,  | учебная игра |
| 3. | Значение квалифицированного судейства в показе высоких спортивных результатов | Практические занятия | решение ситуационных задач | судейство учебных игр |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

**5.1 Темы конспектов**

1. Взаимосвязь физических качеств с технико-тактическими действиями в командных видах спорта
2. Особенности обучения технике занимающихся разных возрастов, пола, подготовленности.
3. Тактика в командных видах спорта и ее значение
4. Особенности обучения технико-тактическим действиям в нападении.
5. Особенности обучения технико-тактическим действиям в защите.
6. Методика судейства в командных видах спорта. Техника определения ошибок игроков в нападении и в защите

**5.2 Вопросы для подготовки к практическим занятиям**

1. Техника в командных видах спорта
2. Техника ведения мяча, техника передач, техника приема мяча
3. Техника удара/броска
4. Техника перемещений с мечем и без мяча
5. Тактика индивидуальной защиты
6. Тактика командной защиты.
7. Тактика индивидуальных действий в нападении
8. Тактика групповых действий в нападении
9. Тактика командного нападения.
10. Виды прессинга в командных видах спорта

**5.3 Примерные темы рефератов**

1. Индивидуальная тактика нападения в баскетболе
2. Групповая тактика нападения в баскетболе
3. Командная тактика нападения в баскетболе
4. Индивидуальная тактика защиты в баскетболе
5. Групповая тактика защиты в баскетболе
6. Командная тактика защиты в баскетболе
7. Индивидуальная тактика нападения в волейболе
8. Групповая тактика нападения в волейболе
9. Командная тактика нападения в волейболе
10. Индивидуальная тактика защиты в волейболе
11. Групповая тактика защиты в волейболе
12. Командная тактика защиты в волейболе
13. Индивидуальная тактика нападения в гандболе
14. Групповая тактика нападения в гандболе
15. Командная тактика нападения в гандболе
16. Индивидуальная тактика защиты в гандболе
17. Групповая тактика защиты в гандболе
18. Командная тактика защиты в гандболе
19. Индивидуальная тактика нападения в футболе
20. Групповая тактика нападения в футболе
21. Командная тактика нападения в футболе
22. Индивидуальная тактика защиты в футболе
23. Групповая тактика защиты в футболе
24. Командная тактика защиты в футболе
25. Методика судейства при развитии атаки (вид спорта на выбор)

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №пп | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1. | 1-3 | Проработка теоретических материалов по теме и составление конспектов.  |
| 2. | 4-5 | Разработка плана-конспекта тренировочного занятия по технико-тактической подготовке в избранном командном виде спорта. |
| 3. | 4-6 | Проверка реферата |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие |
| печатные издания |  ЭБС (адрес в сети Интернет) |
| 1 | Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения [Текст]: учебник. – 4-е изд.ISBN 978-5-7695-4400-2 | Железняк, Ю.Д., Портнов, Ю.М.  | М.: Академия | 2007 | + |  |
| 2. | Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст] учебник для пед. вузов /Под ред. Железняка.Ю.М, Портного Ю.М.ISBN 5-7695-1411-6 |  | М.: Академия | 2004 | + |  |
| 3. | Волейбол [Текст]: учебник для высших уч. заведений физкультуры. ISBN5-8134-0093-1 | Беляев, А.В., Савина, М.В.  | М.: СпортАкадемПресс  | 2002 | + |  |
| 4. | Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведения соревнований по спортивным играм: учебное пособие | Мишенькина, В.Ф., Эртман, Ю.Н., Ковыршина, Е.Ю., Кириченко, В.Ф. | Омск: СибГУФК | 2014 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 5. | Физическая культура и физическая подготовка : учебник / ISBN 978-5-238-01157-8  | И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; под ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. | М.: Юнити-Дана, | 2012 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 6. | Баскетбол: 10 ступеней совершенствования: учебно-методическое пособие /Е.В. Ярошенко, В.Ф. Стрельченко, Л.А. Кузнецова.ISBN 978-5-4475-4903-9 | Ярошенко Е.В. | М.; Берлин, директ-Медиа | 2015 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 7. | Методические основы обучения и совершенствования в волейболе [Текст]: учебно-метод. пособие.ISBN 978-5-8290-1136-9 | Елисеева, Т.П., Тутов, С.В. | СПб.: ЛГУ им. А.С. Пушкина | 2011 | + |  |
| 8. | Основы обучения технике игры в волейбол: учебное пособие | Гераськин, А.А., Сокур, Б.П., Рогов, И.А., Колупаева, Т.А. | Омск: СибГУФК | 2014 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 9. | Волейбол: учебно-метод. пособиеISBN 978-5-4475-4904-6 | Астахова, М.В., Стрельченко, В.Ф., Крахмалев, Д.П. | М.; Берлин: Директ-Медиа | 2015 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 10. | Мини-футбол – игра для всех | Мутко В. Л., Андреев С. Н., Алиев Э. Г. | Москва: Советский спорт | 2008 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 11. | Мини-футбол в школе | Андреев С. Н., Алиев Э. Г. | Москва: Советский спорт, | 2006 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 12. | Комментарии к правилам и методика подготовки судей по волейболу в ЛГОУ им. А.С. Пушкина: метод. разработка | Елисеева Т.П., Тутов С.В. | СПб.: ЛГОУ им. А.С. Пушкина | 2001 | + |  |
| 13. | Обучение передачам мяча в баскетболе: Учебное пособие.  | Петрова В.И.  | СПб.: ЛГУ имени А.С. Пушкина  | 2005  | + |  |
| 14. | Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры [Текст]: учебник: [для образовательных учреждений высшего профессионального образования | Макаров Ю.М. [и др.]  | Москва: Академия | 2013 | +  |  |
| 15. | Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности: учебное пособие | Губа В. П., Лексаков А. В | Москва: Советский спорт | 2012 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
| 16. | Повышение технической подготовленности юных футболистов при развитии координационных способностей | Шамонин А. В. | Екатеринбург: Изд-во УралГАХА | 2011 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |

**8.Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: <http://www.nlr.ru>
2. Центральная отраслевая библиотека РГУФК С и Т. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
3. Электронная полнотекстовая научная библиотека. – Режим допуска: <http://ihtik.lib.ru>
4. Официальный сайт Международной олимпийской академии. – Режим доступа: <http://www.ioa.org.gr>
5. Библиотека РГУФК. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
6. Архив журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/>
7. Архив журнала «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>
8. Официальный сайт Олимпийского комитета России. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>
9. Издательство «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/>

**9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

В ходе осуществления образовательного процесса используются средства телекоммуникационного общения преподавателя и обучающихся.

**9.1 Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины используются следующие программные средства:

* Microsoft Word;
* Microsoft Excel.

**9.2. Информационно-справочные системы (при необходимости)**

Информационно-справочные системы не используются

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для проведения занятий по дисциплине:

- учебные аудитории для занятий лекционного типа, семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенные мультимедийным оборудованием (ПК в комплекте: системный блок, монитор, клавиатура, мышь, проектор), экраном настенным, доской (меловой) и специализированной мебелью (учебные столы и стулья, стол и стул преподавателя). Для проведения занятий лекционного типа по дисциплине предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

- игровой спортивный зал. Оснащение зала позволяет проводить учебные и тренировочные занятия по баскетболу, волейболу, настольному теннису, мини-футболу, легкой атлетике, гимнастике и др.

Для самостоятельной работы используются аудитории, укомплектованные мебелью для обучающихся и техническими средствами с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду вуза.