

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 26.06.2025 06:47:59  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

11 июня 2025г., протокол УМС №5

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БЛОК

## Теория спорта

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>Теории физической культуры</b>	
Учебный план	b490304-Спорт 25-3.plx Направление 49.03.04 Спорт Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки	
Квалификация	<b>Тренер по виду спорта. Преподаватель</b>	
Форма обучения	<b>очная</b>	
Общая трудоемкость	<b>4 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	144	Виды контроля в семестрах: экзамены 6 курсовые работы 6
в том числе:		
аудиторные занятия	40	
самостоятельная работа	59	
часов на контроль	45	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	11 2/6			
Неделя	уп	рп	уп	рп
Лекции	20	20	20	20
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	40	40	40	40
Контактная работа	40	40	40	40
Сам. работа	59	59	59	59
Часы на контроль	45	45	45	45
Итого	144	144	144	144

Программу составил(и):

*к.п.н., профессор, Григорьев В.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Теория спорта**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (приказ Минобрнауки России от 25.09.2019 г. № 886)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.04 Спорт

Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 11.06.2025 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Теории физической культуры**

Зав. кафедрой к.п.н., доцент Лосев В.Ю.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	освоение студентами системы знаний в области теории спорта и общих закономерностей, принципов, средств, методов, форм спортивной тренировки, а также формирование у них умений применять знания при разработке программ построения тренировочного занятия, оценивать роль исходных, текущих и поэтапных контрольных данных в разработке и коррекции планов спортивной подготовки, соотносить тренировочные и соревновательные нагрузки с возрастными, гендерными и иными индивидуальными особенностями занимающихся.
-----	--

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.04.02
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Введение в профессиональную деятельность
2.1.2	Биомеханика двигательной деятельности
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Производственная практика, тренерская практика
2.2.2	Теория физической подготовки
2.2.3	Планирование тренировочного процесса
2.2.4	Теория и методика детского и юношеского спорта

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ПК-1.1:** Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся

**ПК-1.2:** Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки

**ПК-1.4:** Осуществляет отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта

**ОПК-1.1:** Планирует содержание занятий с учетом положений теории физической культуры и спорта

**ОПК-9.1:** Учитывает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы

**ОПК-9.2:** Анализирует соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся

**ОПК-8.1:** Определяет содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности

**ОПК-8.2:** Обеспечивает и осуществляет информационное, техническое и психолого- методическое сопровождения соревновательной деятельности

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основы планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры;
3.1.2	содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности;
3.1.3	особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы;
3.1.4	структуру тренировки,
3.1.5	виды контроля и требования, предъявляемые в тренировочном процессе на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.1.6	основы организации учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах
3.1.7	основы спортивного отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	планировать содержания занятий с учетом положений теории физической культуры;
3.2.2	определять и осуществлять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности;
3.2.3	учитывать особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы;
3.2.4	анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся;
3.2.5	осуществлять процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.2.6	обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки;
3.2.7	осуществлять отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта.

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1.</b>					
1.1	Тема 1. Общая характеристика спорта. Классификация видов спорта /Лек/	6	1	ОПК-1.1	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.2	Общая характеристика спорта. Классификация видов спорта /Ср/	6	10	ОПК-1.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.3	Тема 2. Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. /Лек/	6	1	ОПК-1.1 ОПК-9.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.4	Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. /Ср/	6	10	ОПК-1.1 ОПК-9.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.5	Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /КР/	6	0	ПК-1.1 ОПК-1.1 ОПК-9.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.7Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1 Э2	Выполнение курсовой работы
1.6	Тема 3. Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-1.1 ОПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	

1.7	Характеристика системы спортивной тренировки Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте /Ср/	6	10	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-1.1 ОПК-8.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1Л3.1 Л3.4 Э1 Э2	
1.8	Тема 4. Система спортивных соревнований. Классификация спортивных достижений /Лек/	6	2	ПК-1.2 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.5Л2.1Л3.3 Л3.4 Э1 Э2	
1.9	Система спортивных соревнований. Классификация спортивных достижений /Ср/	6	10	ПК-1.2 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.6Л2.1 Л2.3Л3.2 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	
1.10	Тема 5. Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы. /Лек/	6	2	ПК-1.4	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.11	Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы. Общие и специальные принципы /Пр/	6	2	ОПК-1.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.12	Спортивная тренировка. Цель. Задачи. Средства. Методы. Общие и специальные принципы /Ср/	6	10	ОПК-1.1	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.13	Тема 6. Подготовка спортсмена в процессе тренировки /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-9.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.14	Тема 7. Построение процесса спортивной подготовки /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-9.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.15	Построение процесса спортивной подготовки /Пр/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.16	Тема 8. Технология планирования в спорте /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.17	Технология планирования в спорте /Пр/	6	4	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.4	Л1.1Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.18	Тема 9. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов /Лек/	6	2	ОПК-1.1 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.19	Тема 10. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки /Лек/	6	2	ПК-1.4 ОПК-9.2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.20	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов /Пр/	6	6	ОПК-1.1 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.21	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки /Пр/	6	6	ПК-1.1	Л1.1Л2.1Л3.4 Э1 Э2	

1.22	Тема 11. Факторы и условия повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности /Лек/	6	2	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.23	Факторы и условия повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности /Ср/	6	9	ПК-1.1 ПК-1.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.3Л2.1Л3.4 Э1 Э2	
1.24	Теория спорта /Экзамен/	6	45	ПК-1.1 ПК-1.2 ПК-1.4 ОПК-1.1 ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.4 Л3.1 Л3.3 Л3.5 Л3.2 Э1 Э2	Экзамен

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Зациорский В. М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания	М.: Советский спорт, 2009	20
Л1.2	Холодов Ж. К., Кузнецов В. С.	Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование"	Москва: Академия, 2012	17
Л1.3	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт"	Москва: Советский спорт, 2010	10
Л1.4	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Учебник для вузов физической культуры и спорта	Издательство «Спорт», 2019, Электронный ресурс	1
Л1.5	Бабушкин Г. Д.	Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: Учебник	Саратов: Вузовское образование, 2020, Электронный ресурс	1
Л1.6	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник	Москва: Спорт, 2020, Электронный ресурс	2

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.7	Матвеев, Л. П.	Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля	Москва: Издательство «Спорт», 2021, Электронный ресурс	1
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: Примерная программа дисциплины	М.: Российский государственный университет физической культуры, 2003	9
Л2.2	Бегун П. И., Шукейло Ю. А.	Биомеханика: Учебник	Санкт-Петербург: Политехника, 2012, Электронный ресурс	1
Л2.3	Карась Т. Ю.	Теория и методика физической культуры и спорта: Учебно-практическое пособие	Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2012, Электронный ресурс	1
<b>6.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Макеева В. С.	Теория и методика физической культуры: Учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2014, Электронный ресурс	1
Л3.2	Кадыров Р.М., Гетьман В.Д., Караван А.В.	Теория и методика физической культуры студентов СПбГАСУ: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015, Электронный ресурс	1
Л3.3	Баранцев С. А.	Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: Монография	Москва: Советский спорт, 2014, Электронный ресурс	1
Л3.4	Григорьев В. А.	Теория спорта (Организационная структура физкультурно-спортивного движения в России): учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2011, Электронный ресурс	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
ЛЗ.5	Лосев В. Ю., Лосев А. В.	Теория и методика физической культуры: методические рекомендации по выполнению контрольных работ	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2020, Электронный ресурс	1
<b>6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>				
Э1	спортивная энциклопедия			
Э2	министерство спорта			
<b>6.3.1 Перечень программного обеспечения</b>				
6.3.1.1	Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office			
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>				
6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>			
6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>			

### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (лабораторных занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации оснащена: комплект специализированной учебной мебели, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, компьютеры с возможностью выхода в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду. Обеспечен доступ к сети Интернет и в электронную информационную среду организации.			
-----	---	--	--	--