Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.08.2024 12:15:56
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

Теория и методика фигурного катания на коньках

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-б24Фо(4г)
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **9 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 324
в том числе:
аудиторные занятия 132
самостоятельная работа 192

Виды контроля в семестрах:
экзамены 5
зачеты 1, 3
курсовые работы 5

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (Курс. Номер семестра на курсе)	1(1.1)		3(2.1)		5(3.1)		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	16	16	10	10	22	22	48	48
Консультации	0	0	0	0	4	4	4	4
Практические	26	26	18	18	36	36	80	80
В том числе инт.	10	10	6	6	14	14	30	30
Итого ауд.	42	42	28	28	62	62	132	132
Контактная работа	42	42	28	28	62	62	132	132
Сам. работа	66	66	44	44	82	82	192	192
Итого	108	108	72	72	144	144	324	324

Программу составил(и):

Богуш Вера Константиновна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Теория и методика фигурного катания на коньках

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 26.04.2024 протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 25.06.2024 г. № 11

Зав. кафедрой Воеводина Т.М

Начальник УОП

__ _____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: освоение обучающимися системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физической культуры и спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- освоить технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств;
- совершенствовать профессионально-значимые умения и навыки физкультурно-спортивной деятельности на модели избранного вида спорта;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния занимающихся;
- проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта;

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.03
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
Содержание дисциплины базируется на материале:	
История физической культуры и спорта	
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
Учебная практика по теории и методике избранного вида спорта	
Технологии спортивной тренировки в фигурном катании на коньках	
Профессионально-спортивное совершенствование в фигурном катании на коньках	

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

ПК-2. Способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки

ПК-2.2. Осуществляет процесс спортивной тренировки и контроль его эффективности.

Знает:
- историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках;
- методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках;
- целевые зоны пульса.

ПК-3. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.

ПК-3.1 Выбирает обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся

Знает:
- структуру построения занятий, формы и способы планирования;
- средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках;
- терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках.

ПК-3.2 Использует в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся

Умеет:
- определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках;
- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках;
- планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества			
1.1	Место фигурного катания на коньках в современном обществе. Классификация видов фигурного катания на коньках /Лек/	1	4	2
1.2	Терминология в фигурном катании на коньках /Ср/	1	8	0
1.3	История развития фигурного катания на коньках /Пр/	1	10	2
1.4	История развития фигурного катания на коньках /Ср/	1	8	0
1.5	Основные тенденции развития фигурного катания в России и зарубежом /Ср/	1	10	0
	Раздел 2. Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках			
2.1	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований /Лек/	1	4	2
2.2	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований /Пр/	1	4	0

2.3	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований /Ср/	1	8	0
2.4	Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках /Лек/	1	4	0
2.5	Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках /Ср/	1	8	0
2.6	Физическая подготовка в фигурном катании на коньках /Лек/	1	2	0
2.7	Физическая подготовка в фигурном катании на коньках /Пр/	1	4	2
2.8	Физическая подготовка в фигурном катании на коньках /Ср/	1	8	0
2.9	Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках /Лек/	1	2	0
2.10	Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках /Пр/	1	4	0
2.11	Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках /Ср/	1	8	0
2.12	Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках /Пр/	1	4	0
2.13	Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках /Ср/	1	8	0
2.14	Периодизация спортивной подготовки /Лек/	3	2	0
2.15	Периодизация спортивной подготовки /Пр/	3	4	2
2.16	Периодизация спортивной подготовки /Ср/	3	10	0
2.17	Тренировочные и соревновательные нагрузки/Лек/	3	2	2
2.18	Тренировочные и соревновательные нагрузки /Пр/	3	4	0
2.19	Тренировочные и соревновательные нагрузки /Ср/	3	10	0
2.20	Система восстановления и повышения работоспособности /Лек/	3	2	0
2.21	Система восстановления и повышения работоспособности /Пр/	3	4	0
2.22	Система восстановления и повышения работоспособности /Ср/	3	12	0
2.23	Спортивный отбор в системе многолетней подготовки /Лек/	3	4	0
2.24	Спортивный отбор в системе многолетней подготовки /Пр/	3	6	2
2.25	Спортивный отбор в системе многолетней подготовки /Ср/	3	12	0
	Раздел 3. Управление процессом спортивной подготовки фигуристов			
3.1	Управление процессом подготовки спортсменов /Лек/	5	4	2
3.2	Управление процессом подготовки спортсменов /Пр/	5	6	0
3.3	Управление процессом подготовки спортсменов /Ср/	5	8	0
3.4	Технологии планирования в фигурном катании на коньках /Лек/	5	4	2
3.5	Технологии планирования в фигурном катании на коньках /Пр/	5	8	2
3.6	Технологии планирования в фигурном катании на коньках /Ср/	5	10	0
3.7	Контроль и учет в фигурном катании на коньках /Лек/	5	2	0
3.8	Контроль и учет в фигурном катании на коньках /Пр/	5	6	2
3.9	Контроль и учет в фигурном катании на коньках /Ср/	5	8	0
	Раздел 4. Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках			
4.1	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках /Лек/	5	4	2
4.2	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках /Пр/	5	6	2
4.3	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках /Ср/	5	8	0
4.4	Методика обучения в фигурном катании на коньках /Лек/	5	6	0
4.5	Методика обучения в фигурном катании на коньках /Пр/	5	10	2
4.6	Методика обучения в фигурном катании на коньках /Ср/	5	12	0
4.7	Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках /Лек/	5	2	0
4.8	Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках /Ср/	5	36	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

1 семестр, 8 лекций, 13 практических занятий

Раздел 1. Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества

Лекции № 1-2 (4 часа)

Место фигурного катания на коньках в современном обществе. Классификация видов фигурного катания на коньках

Вопросы:

1. Формы и социальные функции фигурного катания на коньках
2. Влияние фигурного катания на коньках на здоровье человека
3. Классификация видов фигурного катания на коньках
4. Современные тенденции развития фигурного катания на коньках

Примерные задания:

1. Составить конспекты по данной теме.
2. Составить таблицу классификации видов и форм фигурного катания на коньках

Практические занятия № 1-5 (10 часов)

История развития фигурного катания на коньках

Вопросы:
1. Исторический обзор одиночного катания на коньках
2. Исторический обзор парного катания
3. Исторический обзор спортивных танцев на льду
4. Исторический обзор синхронного катания на коньках

Примерные задания:
1. Составить таблицу олимпийских чепионов и призеров в каждом виде фигурного катания.

Раздел 2. Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках

Лекции № 3-4 (4 часа)

Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований

Вопросы:
1. Особенности соревновательной деятельности в фигурном катании
2. Основные документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований
3. Принципы формирования судейских бригад. Права и обязанности судей

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме.

Практические занятия № 6-7 (4 часа)

Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований

Вопросы:
1. Методика судейста одиночного катания
2. Методика судейства парного катания
3. Методика судейства спортивных танцев на льду
4. Методика судейства синхронного катания на коньках

Примерные задания:
1. Составить положение о соревнованиях.
2. Составить таблицу ошибок и баллов в каждом виде фигурного катания.

Лекции № 5-6 (4 часа)

Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Основные средства спортивной тренировки в фигурном катании
2. Методы спортивной тренировки в фигурном катании
3. Принципы спортивной тренировки в фигурном катании

Примерные задания:
1. Составить схему средств и методов спортивной тренировки

Лекция № 7 (2 часа)

Физическая подготовка в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Физическая подготовка как основа для достижения высокого уровня мастерства во всех видах фигурного катания на коньках
2. Общая и специальная физическая подготовка.

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 8-9 (4 часа)

Физическая подготовка в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Сила как физическое качество и методика ее развития в фигурном катании
2. Выносливость как физическое качество и методика ее развития в фигурном катания
3. Гибкость как физическое качество и методика ее развития в фигурном катания
4. Ловкость как физическое качество и методика ее развития в фигурном катания

Примерные задания:
1. Составить комплексы упражнений на развитие каждого физического качества у фигуристов разных возрастов

Лекция № 8 (2 часа)

Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Техническая подготовка в фигурном катании.
2. Тактическая подготовка в фигурном катании.

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 10-11 (4 часа)

Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Критерии технической подготовленности фигуристов в разных видах фигурного катания
2. Особенности тактической подготовки фигуристов в разных видах катания

Примерные задания:
1. Составить таблицу критериев технической подготовленности фигуристов в разных видах фигурного катания

Практические занятия № 12-13 (4 часа)
Психологическая подготовка в фигурном катании

Вопросы:
1. Основные задачи психологической подготовки в фигурном катании
2. Психологическая подготовка фигуристов в процессе тренировок и соревнований
Примерные задания:
1. Составить план мероприятий для коррекции предстартовых состояний фигуристов

3 семестр, 5 лекций, 9 практических занятий

Лекция № 1 (2 часа)
Периодизация спортивной подготовки

Вопросы:
1. Модели периодизации в фигурном катании
2. Характеристика периодов подготовки
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 1-2 (4 часа)
Периодизация спортивной подготовки

Вопросы:
1. Особенности блоковой периодизации
2. Построение одно- и двухцикловой периодизации
Примерные задания:
1. Составить схему периодизации подготовки фигуристов

Лекция № 2 (2 часа)
Тренировочные и соревновательные нагрузки

Вопросы:
1. Понятие «нагрузка» в фигурном катании на коньках. Общее представление о нагрузке
2. Параметры нагрузки
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 3-4 (4 часа)
Тренировочные и соревновательные нагрузки

Вопросы:
1. Регулирование нагрузки в фигурном катании на коньках как один из основных принципов методики тренировки фигуристов
2. Нагрузочность элементов в фигурном катании на коньках
Примерные задания:
1. Определить нагрузочность программ фигурного катания при просмотре видео.

Лекция № 3 (2 часа)
Система восстановления и повышения работоспособности

Вопросы:
1. Характеристика утомления
2. Основные средства восстановления
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 5-6 (4 часа)
Система восстановления и повышения работоспособности

Вопросы:
1. Педагогические средства восстановления работоспособности в фигурном катании на коньках
2. Медико-биологические средства восстановления в фигурном катании на коньках
3. Психологические средства восстановления в фигурном катании на коньках
Примерные задания:
1. Составить комплекс восстановительных средств и методов для фигуристов, используемых в обычных условиях и в среднегорье

Лекции № 4-5 (4 часа
Спортивный отбор в системе многолетней подготовки

Вопросы:
1. Специфика отбора для занятий фигурным катанием на коньках
2. Этапы отбора в фигурном катании на коньках
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 7-9 (6 часов)
Спортивный отбор в системе многолетней подготовки

Вопросы:
1. Основные методы отбора в фигурном катании на коньках
2. Организация, содержание и методика начального отбора
Примерные задания:
1. Составить критерии отбора для различных видов фигурного катания на коньках

5 семестр, 11 лекций, 18 практических занятий

Раздел 3. Управление процессом спортивной подготовки фигуристов

Лекции № 1-2 (4 часа)

Управление процессом подготовки спортсменов

Вопросы:
1. Методика управления процессом спортивного совершенствования в фигурном катании на коньках
2. Компоненты управления и их значение

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 1-3 (6 часов)

Управление процессом подготовки спортсменов

Вопросы:
1. Прогнозирование спортивных результатов
2. Моделирование спортивной деятельности фигуристов

Примерные задания:
1. Составить модельные характеристики спортсменов в разных видах фигурного катания на коньках

Лекции № 3-4 (4 часа)

Технологии планирования в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Общие положения планирования
2. Виды планирования в фигурном катании

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 4-7 (8 часов)

Технологии планирования в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Особенности планирования в разных видах фигурного катания на коньках
2. Особенности планирования в «юношеском» фигурном катании на коньках

Примерные задания:
1. Составить годичный план подготовки для разных групп подготовки фигуристов

Лекция № 5 (2 часа)

Контроль и учет в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Контроль в фигурном катании на коньках
2. Учет в фигурном катании на коньках

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 8-10 (6 часов)

Контроль и учет в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Педагогический контроль в фигурном катании на коньках
2. Медико-биологический контроль в фигурном катании на коньках
3. Учет нагрузки в фигурном катании на коньках

Примерные задания:
1. Составить батарею тестов для определения уровня физической подготовленности фигуристов на различных этапах подготовки

Раздел 4. Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках

Лекции № 6-7 (4 часа)

Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Микро-, мезо- и макроциклы подготовки
2. Цели и задачи спортивной тренировки

Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 11-13 (6 часов)

Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Построение тенировочного занятия в фигурном катании на коньках
2. Построение тренировочного микроцикла в фигурном катании на коньках
3. Построение тренировочного мезоцикла в фигурном катании на коньках
4. Построение больших тренировочных циклов в фигурном катании на коньках

Примерные задания:
1. Составить план тренировочного микроцикла в разных периодах годичного цикла для групп НП, ТЭ и ССМ

Лекции № 8-10 (6 часов)

Методика обучения в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Характеристика этапов обучения, цель и задачи этапов обучения

2. Характеристика методов обучения
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

Практические занятия № 14-18 (10 часов)
Методика обучения в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Методика начального обучения в фигурном катании на коньках
2. Методика обучения многооборотным прыжкам в фигурном катании на коньках
3. Подводящие и имитационные упражнения, используемые фигуристами во внеледовых условиях
Примерные задания:
1. Составить составить комплекс подводящих упражнений для обучения различным элементам техники

Лекция № 11 (2 часа)
Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках

Вопросы:
1. Методы и методики научных исследований в фигурном катании на коньках
2. Научно-исследовательская, учебно-исследовательская и методическая работа обучающихся
Примерные задания:
1. Составить конспект по данной теме

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
Раздел 1. Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества			
1	Терминология в фигурном катании на коньках	Изучение терминов в фигурном катании, составление терминологического справочника	Терминологический справочник
2	История развития фигурного катания на коньках	Изучение литературы по истории развития фигурного катания на коньках в России и зарубежом	Конспект
3	Основные тенденции развития фигурного катания в России и зарубежом	Изучение дополнительной литературы по проблемам развития фигурного катания на коньках в России и мире	Конспект
Раздел 2. Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках			
4	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований	Просмотр соревнований по фигурному катанию на коньках с анализом судейства Участие в судействе соревнований	Отчет-анализ Отчет-анализ
5	Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках	Изучение дополнительной литературы по использованию средств и методов тренировки фигуристов	Конспект
6	Физическая подготовка в фигурном катании на коньках	Составление специальных комплексов упражнений для развития различных физических качеств	Планы-конспекты с комплексами
7	Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках	Регистрация и систематизация типичных ошибок при выполнении элементов в разных видах фигурного катания на коньках при просмотре соревнований	Протокол
8	Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках	Анализ психологической подготовки фигуристов в России и зарубежом	Аналитическая справка
9	Периодизация спортивной подготовки	Изучение дополнительной специальной и научно-методической литературы по периодизации спортивной подготовки в фигурном катании. Анализ авторефератов диссертаций.	Отчет-анализ
10	Тренировочные и соревновательные нагрузки	Расчет параметров нагрузки по основным средствам подготовки высококвалифицированных фигуристов по годам олимпийского цикла	Протокол
11	Система восстановления и повышения работоспособности	Изучение инновационных средств и методов восстановления в спорте вообще и в фигурном катании в частности	Конспект

12	Спортивный отбор в системе многолетней подготовки	Анализ состояния проблемы наличия одаренных детей в фигурном катании	Аналитическая справка
Раздел 3. Управление процессом спортивной подготовки фигуристов			
13	Управление процессом подготовки спортсменов	Составление модельных характеристик соревновательных программ фигуристов на последующий сезон	Модельные характеристики
14	Технологии планирования в фигурном катании на коньках	Составление многолетнего плана подготовки фигуристов в различных видах фигурного катания на этапе ССМ	Перспективный план подготовки
15	Контроль и учет в фигурном катании на коньках	Проведение тестирования уровня физической и технической подготовленности фигуристов	Протокол
Раздел 4. Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках			
16	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках	Составление планов тренировочных микро- и мезоциклов для групп НП, ТЭ, ССМ	Планы тренировочных микро- и мезоциклов
17	Методика обучения в фигурном катании на коньках	Составление конспектов подготовительных и подводящих упражнений для обучения фигуристов прыжкам, вращениям, прыжкам во вращение	Планы-конспекты
18	Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках	Изучение и анализ литературы. Выбор темы курсовой работы, написание курсовой работы	Курсовая работа

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
Раздел 1. Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества			
1	История развития фигурного катания на коньках	Подготовка доклада по истории развития отдельных видов фигурного катания на коньках на выбор	Доклад и презентация
Раздел 2. Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках			
2	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований	Подготовка пакета документов для организации и судейства соревнований	Положение о соревнованиях, расписание соревнований, список участников во всех видах, документы для проведения жеребьевки, список судейских бригад, таблицы для записи результатов соревнований, личные протоколы судей.
3	Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках	Подготовка реферата по использованию методов тренировки для совершенствования соревновательных программ в фигурном катании на коньках	Реферат
4	Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках	Подготовка реферата по особенностям психологической подготовки в фигурном катании на коньках	Реферат
Раздел 4. Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках			
5	Методика обучения в фигурном катании на коньках	Подготовка реферата по формированию умений и навыков при обучении элементам одиночного катания на коньках	Реферат

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Волков, И. П.	Теория и методика обучения в избранном виде спорта : учебное пособие. URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463697	Минск : РИПО, 2015.
Л1.3	Дудник С	Теория и методика избранного вида спорта: курсовая работа URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362954	Санкт-Петербург : , 2014

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Под ред. С.Г. Куртева	Физкультурное образование Сибири. — № 1 (39). – 77 с. : ил. URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573555	Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018.
Л2.2		Приказ Министерства спорта РФ от 30 ноября 2022 г. № 1092 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "фигурное катание на коньках"	

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование
7.2	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал спортивных игр. Оснащенность: Стенка гимнастическая(шведская)-5шт., Скамейки гимнастические, Щит баскетбольный.
7.3	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Принтер-1шт., Телефон-1шт., Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.
Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.
Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Теория и методика фигурного катания на коньках»

Курс 1-3 Семестр 1, 3, 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества»			
Текущий контроль по разделу:		11	16
1	Аудиторная работа	6	8
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	3
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	5
Контрольное мероприятие по разделу		3	9
Промежуточный контроль		14	25
Наименование раздела: «Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках»			
Текущий контроль по разделу:		11	16
1	Аудиторная работа	6	8
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	3
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	5
Контрольное мероприятие по разделу		3	9
Промежуточный контроль		14	25
Наименование раздела: «Управление процессом спортивной подготовки фигуристов»			
Текущий контроль по разделу:		11	16
1	Аудиторная работа	6	9
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	5	7
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	0	0
Контрольное мероприятие по разделу		3	9
Промежуточный контроль		14	25
Наименование раздела: «Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках»			
Текущий контроль по разделу:		11	16
1	Аудиторная работа	6	9
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	3
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	4
Контрольное мероприятие по разделу		3	9
Промежуточный контроль		14	25
Промежуточная аттестация			
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Роль и место фигурного катания на коньках в жизни общества»			
1	Аудиторная работа	Задание 1. Составить конспект по теме «Место фигурного катания на коньках в современном обществе. Классификация видов фигурного катания на коньках» Критерии оценивания:	Место фигурного катания на коньках в современном обществе. Классификация видов фигурного катания на коньках История развития фигурного катания на коньках

		- составлен четко структурированный и полный конспект, - определены формы и социальные функции фигурного катания на коньках, - показано влияние фигурного катания на коньках на здоровье человека, - дана классификация видов фигурного катания на коньках. (3 балла) Задание 2. Составить таблицу классификации видов и форм фигурного катания на коньках. Критерии оценивания: - представлены все формы и виды фигурного катания на коньках; - показана взаимосвязь форм и видов фигурного катания на коньках. (2 балла) Задание 3. Составить таблицу олимпийских чепионов и призеров в каждом виде фигурного катания. Критерии оценивания: - составлена четко структурированная таблица, - представлены все олимпийские чемпионы и призеры в каждом виде фигурного катания на коньках. (3 балла)	Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках;
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Задание 1. Составить конспект по теме «Основные тенденции развития фигурного катания в России и зарубежом». Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - выявлены современные тенденции развития фигурного катания на коньках в России и зарубежом. (3 балла)	Терминология в фигурном катании на коньках История развития фигурного катания на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках;
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Задание 1. Подготовить доклад и презентацию по истории развития отдельных видов фигурного катания на коньках на выбор. Критерии оценивания: - полнота и логичность сообщения; - представлены различные интересные факты; - сопровождение доклада презентацией. (5 баллов)	История развития фигурного катания на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках;
Контрольное мероприятие по разделу		Контрольный тест № 1 Критерии оценивания: 3 балла - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 6 балла - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 9 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.	Место фигурного катания на коньках в современном обществе. Классификация видов фигурного катания на коньках Терминология в фигурном катании на коньках История развития фигурного катания на коньках Основные тенденции развития фигурного катания в России и зарубежом Образовательные результаты: Знает:

			- историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках;
Промежуточный контроль (количество баллов)		25	
Текущий контроль по разделу «Основы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках»			
1	Аудиторная работа	Задание 1. Составить конспект по теме «Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований» Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - определены особенности соревновательной деятельности в фигурном катании, - перечислены основные документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований, - описаны принципы формирования судейских бригад. Права и обязанности судей. (3 балла) Задание 2. Составить положение о соревнованиях. Критерии оценивания: - положение составлено в соответствии с требованиями, - программа соревнований составлена в соответствии с возрастом участников, - в положении прописаны все необходимые пункты. (3 балла) Задание 3. Составить таблицу критериев технической подготовленности фигуристов в разных видах фигурного катания Критерии оценивания: - таблица четко структурирована, - в таблице представлены все критерии технической подготовленности по разным видам фигурного катания (2 балла)	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований Физическая подготовка в фигурном катании на коньках Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; Умеет: - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Просмотр соревнований по фигурному катанию на коньках с анализом судейства Участие в судействе соревнований Изучение дополнительной литературы по использованию средств и методов тренировки фигуристов Составить комплексы упражнений на развитие одного из физических качеств у фигуристов разных возрастов Регистрация и систематизация типичных ошибок при выполнении элементов в разных видах фигурного катания на коньках при просмотре соревнований Анализ психологической подготовки фигуристов в России и зарубежом Изучение дополнительной специальной и научно-методической литературы по периодизации спортивной подготовки в фигурном катании. Анализ авторефератов диссертаций.	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Физическая подготовка в фигурном катании на коньках Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках Периодизация спортивной подготовки Тренировочные и соревновательные нагрузки Система восстановления и повышения работоспособности Спортивный отбор в системе многолетней подготовки Образовательные результаты:

		Расчет параметров нагрузки по основным средствам подготовки высококвалифицированных фигуристов по годам олимпийского цикла Изучение инновационных средств и методов восстановления в спорте вообще и в фигурном катании в частности Анализ состояния проблемы наличия одаренных детей в фигурном катании Критерии оценивания - составлены комплексы на развитие физического качества для групп НП и ТЭ; - в каждом комплексе не менее 8 упражнений, - упражнения подобраны корректно и в правильной последовательности. (3 балла)	Знает: - целевые зоны пульса Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Подготовка пакета документов для организации и судейства соревнований Подготовка реферата по использованию методов тренировки для совершенствования соревновательных программ в фигурном катании на коньках Подготовить реферат по особенностям психологической подготовки в фигурном катании на коньках Критерии оценивания: - полнота и логичность сообщения, - выявлены особенности психологической подготовки фигуристов, - реферат подготовлен в соответствии с требованиями. (5 баллов)	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - целевые зоны пульса Знает: - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; Умеет: - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках;
Контрольное мероприятие по разделу		Контрольный тест № 2 Критерии оценивания: 3 балла - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 6 балла - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 9 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.	Соревнования и соревновательная деятельность, организация и судейство соревнований Средства, методы и принципы спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Физическая подготовка в фигурном катании на коньках Технико-тактическая подготовка в фигурном катании на коньках Психологическая подготовка в фигурном катании на коньках Периодизация спортивной подготовки Тренировочные и соревновательные нагрузки Система восстановления и повышения работоспособности

			Спортивный отбор в системе многолетней подготовки Управление процессом подготовки спортсменов Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
Промежуточный контроль (количество баллов)			
Текущий контроль по разделу «Управление процессом спортивной подготовки фигуристов»			
1	Аудиторная работа	Задание 1. Составить конспект по теме «Управление процессом подготовки спортсменов» Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - представлена методика управления процессом спортивного совершенствования в фигурном катании на коньках, - описаны компоненты управления и их значение. (3 балла) Задание 2. Составить модельные характеристики спортсменов в разных видах фигурного катания на коньках. Критерии оценивания: - модельные характеристики соответствуют возрасту, - харакиеристики определены верно, - приведено более 5 критериев. (3 балла) Задание 3. Составить батарею тестов для определения уровня физической подготовленности фигуристов на различных этапах подготовки	Управление процессом подготовки спортсменов Технологии планирования в фигурном катании на коньках Контроль и учет в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках;

		Критерии оценивания: - тесты подобраны в соответствии с этапом подготовки, - тесты наиболее полно отражают уровень подготовленности. (3 балла)	- терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Задание 1. Составить многолетний план подготовки фигуристов в различных видах фигурного катания на этапе ССМ Критерии оценивания: - многолетний план составлен в соответствии с требованиями, - план составлен в соответствии с возрастом занимающихся, - цели и задачи отражены верно, - план составлен в соответствии с целями и задачами. (4 балла). Задание 2. Провести тестирование уровня физической и технической подготовленности фигуристов Критерии оценивания: - правильно оформлен протокол тестирования, - тестирование проведено в соответствии с техникой безопасности, - соблюдены интервалы отдыха между тестами. (3 балла)	Управление процессом подготовки спортсменов Технологии планирования в фигурном катании на коньках Контроль и учет в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	-	
Контрольное мероприятие по разделу		Контрольный тест № 3 Критерии оценивания: 3 балла - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 6 балла - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 9 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.	Управление процессом подготовки спортсменов Технологии планирования в фигурном катании на коньках Контроль и учет в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает:

			- историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
Промежуточный контроль (количество баллов)		25	
Текущий контроль по разделу «Построение спортивной тренировки и методика обучения в фигурном катании на коньках»			
1	Аудиторная работа	Задание 1. Составить конспект по теме «Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках» Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - охарактеризованы микро-, мезо- и макроциклы подготовки, - определены цели и задачи спортивной тренировки. (3 балла) Задание 2. Составить конспект на тему «Методика обучения в фигурном катании на коньках» Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - дана характеристика этапов обучения, цель и задачи этапов обучения - дана характеристика методов обучения. (3 балла) Задание 3. Составить комплекс подводящих упражнений для обучения различным элементам техники Критерии оценивания: - подводящие упражнения соответствуют изучаемому элементу техники, - упражнения представлены в правильной последовательности, - дозировка указана верно. (3 балла)	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Методика обучения в фигурном катании на коньках Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет:

			- определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Задание 1. Составить планы тренировочных микро- и мезоциклов для групп НП, ТЭ, ССМ Составление конспектов подготовительных и подводящих упражнений для обучения фигуристов прыжкам, вращениям, прыжкам во вращение Критерии оценивания: - планы составлены верно, в соответствии с требованиями, - планы составлены в соответствии с этапом подготовки. (3 балла)	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Методика обучения в фигурном катании на коньках Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Задание 1. Подготовка реферата по формированию умений и навыков при обучении элементам одиночного катания на коньках Критерии оценивания: - полнота и логичность сообщения, - выявлены особенности психологической подготовки фигуристов, - реферат подготовлен в соответствии с требованиями. (4 балла)	Методика обучения в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках.

			Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
Контрольное мероприятие по разделу		Контрольный тест № 4 Критерии оценивания: 3 балла - правильно выполнено 50-70 % заданий теста. 6 балла - правильно выполнено 70-90 % заданий теста. 9 баллов – правильно выполнено 100 % заданий теста.	Построение спортивной тренировки в фигурном катании на коньках Методика обучения в фигурном катании на коньках Научно-исследовательская работа в фигурном катании на коньках Образовательные результаты: Знает: - историю развития и современное состояние фигурного катания на коньках; - методики обучения технике (упражнений) в фигурном катании на коньках; - целевые зоны пульса. Знает: - структуру построения занятий, формы и способы планирования; - средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках; - терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фигурном катании на коньках. Умеет: - определять задачи учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фигурному катанию на коньках; - планировать части учебно-тренировочного занятия по фигурному катанию на коньках.
Промежуточный контроль (количество баллов)		25	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	