

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФБГОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра олимпийского и профессионального спорта**



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Института физического  
воспитания и спорта

Чорноштан А.Г.

« 01 »

2024 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Методология и технология прогнозирования спортивных достижений**

**По направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»**

**Магистерская программа – Спорт высших достижений и система  
подготовки спортсменов**

**Квалификация выпускника: Магистр**

**Форма обучения – очная/заочная**

**Курс: ОФО – 1 курс (2 семестр), ЗФО – 1 курс (3 триместр)**

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины «**Методология и технология прогнозирования спортивных достижений**» является частью основной образовательной программы для магистрантов дневной и заочной формы обучения по направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» программа магистратуры «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов» очной и заочной форм обучения. Дисциплина разработана кафедрой олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 № 947 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».


СОСТАВИТЕЛЬ:

доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ»,  
канд.пед.наук. Пилавов П.А.

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры олимпийского и профессионального спорта


«25» 01 2024г., протокол № 8

Заведующий кафедрой  
олимпийского и


профессионального спорта канд.пед.наук  Пилавов П.А.

ОДОБРЕНА на заседании Учебно-методической комиссии института физической культуры и спорта

«31» 01 2024 г., протокол № 5

Председатель учебно-методической комиссии  
института физической культуры и спорта  О.П. Крайнюк

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования  В.В. Савенков

02.02.2024 г.

## **1. Цели и задачи учебной дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – освоение магистрантами основ знаний, умений и навыков эффективно проводить прогнозирование спортивных достижений в избранном виде спорта на этапах многолетней спортивной подготовки с использованием современных методик.

### **Задачи дисциплины:**

1. Изучить методологию и технологию прогнозирования спортивных достижений в избранном виде спорта.
2. Выявить факторы, влияющие на динамику роста спортивных достижений.
3. Выявить особенности планирования учебного материала, тренировочной нагрузки, организации контроля и учета в спорте.
4. Определить особенности прогнозирования спортивных достижений на этапах многолетней подготовки.

Изучение дисциплины «Методология и технология прогнозирования спортивных достижений» предназначено для более полного и глубокого осмысления и анализа значения прогнозирования спортивных достижений в многолетней подготовке в конкретном виде спорта. Поэтому проведение курса, дающего научно обоснованные знания методологии и технологии прогнозирования спортивных достижений в многолетней подготовке спортсменов, поможет избежать многие негативные последствия в управлении подготовкой высококлассных спортсменов.

Для изучения данной дисциплины необходима определенная система, облегчающая процесс овладения обширным материалом, важнейшей характеристикой, которой является ее внутренняя упорядоченность.

## **2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Методология и технология прогнозирования спортивных достижений» относится к вариативной части рабочей программы, шифр дисциплины Б1.В.06 и определяющая комплекс знаний, умений и навыков в организации системы прогнозирования спортивных достижений для занятий конкретным видом спорта в процессе многолетней подготовки и управлении подготовкой высококлассных спортсменов.

Дисциплина относится к циклу общепрофессиональных дисциплин направления подготовки «Спорт» и является обязательным к изучению магистрантами всех форм обучения. Для успешного освоения дисциплины необходимы исходные знания, умения, навыки и компетенции студента по следующим дисциплинам: «Методика обучения и воспитания физической культуре и спорту», «Теория и методика спортивной тренировки», «Теория и методика избранного вида спорта», «Спортивный отбор и ориентация в многолетней подготовке», «Научно-педагогические исследования в области физической культуры и спорта».

Магистранты, завершившие изучение дисциплины «Методология и технология прогнозирования спортивных достижений», должны:

**знать:** особенности деятельности (планирование нагрузки и учебного материала, организации контроля и учета) тренера по избранному виду спорта; организацию и проведение процесса прогнозирования спортивных достижений на основе комплексного и эффективного использования всех элементов педагогического мастерства; содержание методического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования, принципы и порядок разработки программной документации; особенности комплектования групп, планирования, учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах многолетней подготовки.

**уметь:** комплектовать группы, планировать, вести учет и анализировать результаты спортивной подготовки, занимающийся на этапах многолетней подготовки; планировать, вести учет и анализировать результаты спортивной подготовки занимающихся этапах многолетней подготовки; – использовать в практической деятельности полученные знания для решения вопросов прогнозирования спортивных достижений.

**владеть:** методологией и технологией прогнозирования спортивных достижений в избранном виде спорта в процессе многолетней подготовки; технологиями планирования содержания занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования; навыками планирования, учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах многолетней подготовки; методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Профессиональные		
ПК-3	Способностью и готовностью использовать современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и оценивать эффективность их применения	<b>Знает</b> современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов высокого класса и критерии оценки эффективности подготовки; методы планирования тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле; <b>Умеет</b> анализировать эффективность спортивной подготовки спортсменов спортивной сборной команды; <b>Владеет</b> навыками ставить цели, определять задачи специалистам спортивной сборной команды исходя из стратегии подготовки спортивной сборной команды, добиваться их исполнения
ПК-18	Способностью и готовностью анализировать и обобщать существующий научно-методический и	<b>Знает</b> методологию научного исследования, возможность использования существующих методов в своей научно-исследовательской деятельности. <b>Умеет</b> анализировать и обобщать

	исследовательский опыт в избранном виде профессиональной деятельности	существующий и научно-методический и исследовательский опыт в избранном виде профессиональной деятельности. <b>Владеет</b> навыками анализа, обобщения существующего научно-методического и исследовательского опыта в избранном виде профессиональной деятельности.
ПК-21	Способностью планировать и проводить аналитические, имитационные и экспериментальные исследования	<b>Знает</b> методы применения индивидуального подхода в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. <b>Умеет</b> применять индивидуальный подход в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. <b>Владеет</b> навыками применения индивидуального подхода в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

#### 4. Структура и содержание учебной дисциплины

##### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:</b>	<b>36</b>	<b>12</b>
Лекции	16	4
Семинарские занятия	20	8
Практические занятия	-	-
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы (презентации)	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса	-	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>72</b>	<b>96</b>
Итоговая аттестация	<b>экзамен</b>	<b>экзамен</b>

##### 4.2. Содержание разделов дисциплины

###### Лекция 1. Спортивные достижения и тенденции их развития

1. Спортивное достижение как объект познания о спорте.
2. Основные направления в развитии спортивного движения.
3. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений.
4. Тенденции развития спортивных достижений.

###### Лекция 2. Прогнозирование и моделирование в спортивной тренировке

1. Прогнозирование в спорте.
2. Моделирование в спортивной тренировке.

3. Моделирование и нормирование тренировочных нагрузок в беге на средние и длинные дистанции.

### **Лекция 3. Методология прогнозирования в спорте**

1. Методы прогнозирования в спорте.
2. Этапы прогнозирования спортивных результатов.

### **Лекция 4. Мониторинг (комплексный контроль) как функция управления**

1. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга.
2. Контроль соревновательных и тренировочных воздействий.

### **Лекция 5. Планирование и учет в процессе тренировки спортсменов**

1. Сущность и назначение планирования, его виды.
2. Годовой план, его содержание и методика составления.
3. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов.

### **Лекция 6. Основы управления и в системе подготовки спортсменов**

1. Цель, объект и виды управления.
2. Этапное управление.
3. Текущее управление.
4. Оперативное управление.

#### **4.3. Лекции**

Название темы	Объем часов	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Тема 1. Спортивные достижения и тенденции их развития</b> Спортивное достижение как объект познания о спорте. Спорт высших достижений и олимпийское движение. Основные направления в развитии спортивного движения. Общедоступный (массовый) спорт. Спорт высших достижений. Причины роста спортивных достижений. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений. Фазы логистической кривой достижения спортивного результата.	4	2
<b>Тема 2. Прогнозирование и моделирование в спортивной тренировке</b> Прогнозирование в спорте. Основные методические принципы прогнозирования. Прогнозирование как научная основа планирования и управления спортивной деятельностью. Моделирование в спортивной тренировке. Виды моделей. Модельные характеристики соревновательной деятельности. Разработка модельных характеристик этапов многолетней. Моделирование и нормирование тренировочных нагрузок в беге на средние и длинные дистанции. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов.	4	2



<p><b>Тема 3. Методология прогнозирования в спорте</b>  Методы прогнозирования в спорте. Этапы прогнозирования спортивных результатов. Краткосрочное прогнозирование отдельного тренировочного занятия или серии, в отдельном соревновании или старте. Среднесрочное прогнозирование системы построения тренировки в макроциклах, периодах, мезоциклах. Особенности долгосрочного и сверхдолгосрочного прогнозирования.</p>	2	
<p><b>Тема 4. Мониторинг (комплексный контроль) как функция управления</b>  Показатели комплексного контроля. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга. Оперативный, текущий и этапный контроль. Контроль соревновательных и тренировочных воздействий. Контроль результатов соревнований. Контроль тренировочных воздействий. Контроль подготовленности спортсмена.</p>	2	
<p><b>Тема 5. Планирование и учет в процессе тренировки спортсменов</b>  Сущность и назначение планирования, его виды. Этапы планирования. Годовой план, его содержание и методика составления. Спортивная квалификация. Содержание перспективного плана, методические указания к его составлению. Индивидуальный перспективный план. Месячное (мезоцикловое) и недельное (микроцикловое) планирование. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов. Виды учета. Индивидуальный дневник спортсмена.</p>	2	
<p><b>Тема 6. Основы управления в системе подготовки спортсменов</b>  Цель, объект и виды управления. Особенности этапного управления. Особенности текущего управления. Особенности оперативного управления. Оперативное управление тренировочной деятельностью. Оперативное управление соревновательной деятельностью.</p>	2	
<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>4</b>

#### 4.4. Семинарские занятия

№	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Основные направления в развитии спортивного движения	2	
2.	Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений	2	
3.	Прогнозирование в спорте	2	2
4.	Моделирование в спортивной тренировке.	2	
5.	Методы прогнозирования в спорте	2	2
6.	Этапы прогнозирования спортивных результатов	2	
7.	Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга	2	
8.	Контроль соревновательных и тренировочных воздействий	2	
9.	Планирование и учет в процессе тренировки спортсменов	2	2
10.	Основы управления в системе подготовки спортсменов	2	2
<b>Итого:</b>		<b>20</b>	<b>8</b>

#### 4.5. Лабораторные работы (не предусмотрены)

#### 4.6. Самостоятельная работа магистрантов

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1.	Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений.	Реферативное оформление вопроса	12	16
2.	Разработка модельных характеристик этапов многолетней. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов.	Реферативное оформление вопроса	12	16
3.	Методы прогнозирования в спорте. Этапы прогнозирования спортивных результатов.	Реферативное оформление вопроса	12	16
4.	Контроль соревновательных и тренировочных воздействий. Контроль результатов соревнований. Контроль подготовленности спортсмена.	Реферативное оформление вопроса	12	16
5.	Этапы планирования. Содержание перспективного плана. Учёт в процессе спортивной тренировки спортсменов. Индивидуальный дневник спортсмена.	Реферативное оформление вопроса	12	16
6.	Особенности этапного, текущего и оперативного управления тренировочной деятельностью. Управление тренировочной и соревновательной деятельностью.	Реферативное оформление вопроса	12	16
<b>Итого:</b>			<b>72</b>	<b>96</b>

#### 4.7. Курсовые работы (не предусмотрены)

### 5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

– информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронные конспекты, лекции, литература и т.п.) при подготовке к лекциям и практическим занятиям.

– исследовательские методы в обучении: студенты самостоятельно пополняют свои знания, глубоко вникают в изучаемую проблему и предполагают пути ее решения, что важно при формировании мировоззрения.

– лекционно-семинарская система: концентрирует материал в блоки и преподносит его как единое целое, а контроль проводится по предварительной подготовке студентов.



В учебном процессе применяются традиционные и инновационные формы проведения занятий. Лекции и семинарские занятия проводятся с применением мультимедийного оборудования (презентации, схемы, таблицы, рисунки). Для подготовки компетентных магистрантов применяются методические разработки для проведения семинарских занятий. Наиболее широко из интерактивных форм проведения аудиторных занятий – коллективный способ обучения, дискуссия (обсуждение докладов-презентаций и рефератов, подготовленных студентами). Применяются средства мультимедиа: презентации, видео.

## **6. Формы контроля освоения учебной дисциплины**

Текущая аттестация магистрантов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим семинарские занятия по дисциплине в различных формах: выполнение заданий на практических занятиях, контроль самостоятельной работы.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме *письменного экзамена*:

- работа на семинарских занятиях;
- написание реферата;
- самостоятельная работа;
- экзаменационная работа.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного экзамена (включает в себя ответы на теоретические вопросы).

### **Система оценивания учебных достижений магистрантов очной/заочной формы обучения**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество баллов</b>
Работа на семинарских занятиях	30
Написание реферата	20
Самостоятельная работа	10
Экзаменационная работа	40
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

## **7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины**

### ***а) основная литература:***

1. Бальсевич В.К. Стратегия развития инновационных процессов в системах олимпийской подготовки / В.К. Бальсевич// Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – М.: ВНИИФК, РГАФК, 1997. – С. 80-87.
2. Киселева К.А. Содержание тренировки пловцов-спринтеров с учетом прогнозирования их спортивного результата: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / К.А. Киселева. – Малаховка, 2007. – 23 с.

3. Козина Ж.Л. Возможности прогнозирования соревновательной эффективности спортсменов на основе математического моделирования / Ж.Л. Козина // Слобожанский научно-спортивный весник. – 2007. – № 12. – С. 276-281.

4. Курамшин Ю.Ф. Проблемы прогнозирования высших спортивных достижений / Ю.Ф. Курамшин// Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2005. – № 18. – С. 40-58.

5. Серова Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / Л.К. Серова. – Электрон. текстовые данные. – М.: Человек, 2011. – 160 с.

6. Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов вузов / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Сов. спорт, 2010. – 463 с.

7. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: Учебник / В.Г. Никитушкин. – Москва: Советский спорт, 2013. – 280 с.

8. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издат. центр «Академия», 2010. – 480 с.

#### ***б) дополнительная литература:***

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования. – СПб.: Изд-во «Лань», 2005. – 384 с.

2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: Учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

3. Современная система спортивной подготовки / Под ред. Д.П. Суслова. – М.: СААМ, 2015. – 445 с.

#### ***в) средства обеспечения освоения дисциплины.***

Наличие литературы, учебно-методических пособий, доступа к сетевым ресурсам и сайтам, таким как:

- <https://www.studentlibrary.ru/> – ЭБС «Консультант студента».
- <http://lib.ltsu.org> – научная библиотека ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ».
- <http://lib-lg.com> – Луганская Республиканская универсальная научная библиотека им. М. Горького.
- <https://www.rsl.ru/> – Российская государственная библиотека.

#### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В учебном процессе при чтении лекций и проведения семинарских занятий, презентации магистрантов самостоятельной и учебно-исследовательской работы применяется мультимедийное оборудование, которым оснащены аудитории ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ».

## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]