

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Института физического  
воспитания и спорта

Чорноштан А.Г.

« 01 » 08 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ТЕХНОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
В СПОРТЕ ВЫСШИХ 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 – 2 курс (5 семестр), ЗФО – 2 курс (5 триместр)**

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины «Технология научных исследований в спорте высших достижений» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки магистров по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, программа магистратуры «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов» очной и заочной форм обучения. Дисциплина реализуется 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».

#### СОСТАВИТЕЛИ:

доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ»  
**Зюзиюков Александр Васильевич**

Утверждена на заседании кафедры олимпийского и профессионального спорта  
«15» 01 2024 г., протокол № 8

Заведующий кафедрой олимпийского

и профессионального спорта, канд. пед. наук



Пилавов П.А.  
(подпись)

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

«11» 01 2024 г., протокол № 5

Председатель учебно-методической комиссии  
Института физического воспитания и спорта



Крайнюк О.П.  
(подпись)

#### СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



Савенков В.В.  
(подпись)

«02» 02 2024 г.

## 1. Цели дисциплины, ее место в учебном процессе

### Цель

- сформировать у студентов понимание главных концептуальных положений организационно-методической системы подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- обосновать значимость основных компонентов системы управления совершенствованием спортивного мастерства, определить их взаимосвязь и взаимообусловленность для обеспечения эффективной подготовки спортсменов;
- сформировать профессиональное понимание нерешенных проблем в организационно-методической системе подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- охарактеризовать научно-исследовательские подходы для решения проблемных вопросов в организационно-методической системе подготовки спортсменов высокого класса

## 2. Место учебной дисциплины в структуре ООП ВО. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Дисциплина «Технология научных исследований в спорте высших достижений» входит в обязательную часть учебного плана Б1.О.08 подготовки студентов по направлению подготовки 49.04.03 Спорт (магистерская программа «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов»), очной и заочной форм обучения.

Дисциплина реализуется кафедрой олимпийского и профессионального спорта Луганского государственного педагогического университета.

Дисциплина «Технология научных исследований в спорте высших достижений» является важной составляющей в блоке общепрофессиональных дисциплин, направленных на качественную подготовку будущего тренера-преподавателя в избранном виде спорта.

Дисциплина «Технология научных исследований в спорте высших достижений» основана на системном подходе и учитывает междисциплинарный характер учебного материала. Является самостоятельной дисциплиной. Наряду с научно-исследовательской работой и научно-исследовательской практикой, данная дисциплина является обязательной составной частью подготовки магистерской диссертации.

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

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-8	Способен осуществлять критический анализ	<b>Знает:</b> междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт:

	<p>проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</p>	<p>естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; методы критического анализа российского и зарубежного опыта спорта высших достижений; спектр методов сбора научно-методической информации в области спорта высших достижений; основные принципы и подходы к классификации информации по обобщению отечественного и зарубежного опыта спорта высших достижений; процессы интеграции современных технологий в процесс спортивной подготовки; особенности проведения конкурсов российскими и международными фондами, требования к оформлению конкурсной документации; актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); история и актуальные вопросы развития вида спорта (спортивной дисциплины), группы видов спорта.</p> <p><b>Умеет:</b> выделять научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современные информационные технологии; изучать результаты зарубежных научных исследований в области спорта на английском языке; обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования системы подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры и спорта; разрабатывать практические рекомендации участникам и (или) «заказчикам» исследования, или рекомендации в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере спорта; разрабатывать прогнозы потребности в спортсменах, прогнозы спортивных достижений; выполнять анализ тематик исследовательских проектов, готовящихся к изданию методических материалов с целью определения их актуальности, научной и практической значимости; формировать рабочие группы для выполнения научных, исследовательских, образовательных и консультационных проектов в интересах совершенствования системы подготовки спортивного резерва и спортивных сборных команд; разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях; выбирать наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения, консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия; отбирать рациональные методики</p>
--	--	--

		<p>управления тренировочным процессом, оценивать возможность и прогнозировать перспективы их внедрения при подготовке занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; использовать оптимальные критерии и методы оценки эффективности спортивной подготовки.</p> <p><b>Владеет:</b> навыками сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации, в том числе на английском языке, с целью эффективного решения задач конкретного исследования в области спорта; выявления актуальных современных проблем в науках о спорте и способов их решения; анализа тематик и рефератов научных работ обучающихся, программ семинаров, конференций, а также готовящихся к изданию методических пособий с целью определения их актуальности, научной и практической значимости; изучение передового опыта руководства тренировочным процессом, соревновательной деятельностью с занимающимися, спортсменами по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта; аудит тренировочного процесса в физкультурно-спортивной организации, выявление ключевых факторов результативности тренировочного процесса занимающихся, спортсменов..</p>
ОПК-11	Способен осуществлять методическое сопровождение спорта высших достижений	<p><b>Знает:</b> требования ФС СП, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области ФКиС; требования лицензирования и аккредитации организации, осуществляющей деятельность в области ФКиС; технологию переработки практического и теоретического материала в методический; виды и методику разработки оценочных средств в рамках компетентностного подхода и оценки квалификации; основные объективные противоречия, существующие в различных направлениях и разделах спортивной практики, в том числе в общедоступном, профессиональном супердостиженческом и профессионально-коммерческом спорте; методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации.</p> <p><b>Умеет:</b> разрабатывать новые подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ подготовки квалифицированных спортсменов; разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных организациях; разрабатывать методические и учебные материалы в форме электронных документов, презентаций,</p>

		<p>видеороликов, интерактивных курсов; оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическим и методическим подходам к разработке и реализации программ спортивной подготовки; составлять заключение по результатам экспертизы научно-методических и учебно-методических материалов в области спорта; определять наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям и тренерам; проводить аудит тренерской деятельности в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации; разрабатывать техническое задание или программы консультационной поддержки ФСО и тренеров; определять наиболее рациональный способ оказания консультационной поддержки в режиме дистанционной работы; проводить индивидуальные или групповые консультации, лекции и семинары с использованием видеосвязи или специализированных информационно-коммуникационных технологий для осуществления видеотрансляций; формировать базу новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта.</p> <p><b>Владеет</b> навыками разработки практических рекомендаций по совершенствованию подготовки квалифицированных спортсменов по результатам собственных исследований; проведения теоретических занятий по вопросам внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса, в том числе дистанционно; разработки методических и учебных материалов для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, спортсменов по виду спорта (группе спортивных дисциплин), группе видов спорта.</p>
--	--	--

#### 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 зач. ед)</b>	<b>108 (3 зач. ед)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:</b>	<b>36</b>	<b>12</b>
Лекции	16	6
Семинарские занятия	20	6
Практические занятия	-	
Лабораторные работы	-	
Контрольные работы	-	
Курсовая работа / курсовой проект	-	

Другие формы организации учебного процесса	-	
Зачет (из числа практич. занятий)	-	
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>72</b>	<b>96</b>
Форма аттестации	экзамен	экзамен

## 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

**Тема 1. Современные подходы к организации спортивной подготовки.** Основные современные тенденции развития спорта высших достижений: усиление социально-политических функций, коммерциализация, профессионализация, глобализация спорта, рост напряженности соревновательной, повышение значимости научного, медико-биологического, материально-технического обеспечения подготовки, усиление борьбы с применением нелегальных допинговых средств, укрепление государственного начала в подготовке элитных спортсменов и спортивного резерва. Влияние современных тенденций развития спорта высших достижений на организационно-методическую систему подготовки спортивного резерва. Современное состояние системы подготовки спортивного резерва. Перспективные направления модернизации отечественной организационно-методической системы подготовки спортивного резерва. Организация занятий физической культурой и спортом на местном уровне.

**Тема 2. Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, спортивная ориентация и многоэтапный отбор в процессе спортивных занятий.** Основные подходы к оценке спортивной предрасположенности к занятиям спортом. Понятийные термины, используемые при диагностике спортивных способностей. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности и спортивная ориентация в процессе многолетних спортивных занятий (наследственность, антропометрические данные, координационные предпосылки, функциональные и физические задатки, особенности психики, динамика спортивных достижений). Организационные и методические аспекты оценки перспективности спортсменов на этапах спортивного совершенствования. Отбор в сборные команды

**Тема 3. Систематизация средств и методов подготовки спортсмена, тренировочные и соревновательные нагрузки.** Средства спортивной тренировки. Физические упражнения как основные средства спортивной подготовки. Классификация физических упражнений. Методы спортивной тренировки. Методы обучения и совершенствования технике упражнений. Методы воспитания физических способностей. Понятие физической нагрузки. Классификация видов нагрузки. Характеристика внешней и внутренней стороны нагрузки. Тренировочные эффекты, вызываемые физической нагрузкой. Особенности срочной и долгосрочной адаптации к физической нагрузке у спортсменов разного уровня подготовленности

**Тема 4. Структура соревновательной деятельности, и факторы, повышающие ее эффективность.** Определение, общие черты и структура

соревновательной деятельности. Главные специфические особенности спортивных состязаний. Функции спортивных соревнований. Основные элементы структуры соревновательной деятельности. Состязательная нацеленность и мотивация спортсменов. Классификационные подходы к систематизации соревновательной деятельности. Спортивные результаты и спортивные достижения, их значимость и критерии оценки. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений. Особенности многолетней динамики соревновательной практики.

**Тема 5. Методика развития физических способностей в процессе многолетних занятий.** Понятие о двигательных способностях и их качественных проявлениях (физических качествах). Основные закономерности формирования физических качеств. Методические подходы совершенствования силовых способностей спортсменов. Методика совершенствования быстроты и скоростных способностей спортсменов. Методика совершенствования выносливости спортсменов. Методика совершенствования гибкости спортсменов. Методические подходы совершенствования координационных способностей спортсменов. Специфика методики совершенствования физических качеств спортсменов с учетом особенностей вида спорта и квалификационно-возрастного уровня занимающихся

**Тема 6. Методика технической подготовки в процессе многолетних занятий спортом.** Определение понятия «спортивно-техническое мастерство спортсмена» и критерии его оценки (объем, рациональность, эффективность, освоенность). Стабильность и вариативность, стандартизация и индивидуализация, произвольность и автоматизм двигательных действий. Основные закономерности формирования технического мастерства. Умения и навыки двигательных действий Основные стадии и этапы совершенствования технической подготовленности юных спортсменов. Особенности формирования технического мастерства на стадии начального разучивания, углубленного разучивания, закрепления и дальнейшего совершенствования двигательных действий

**Тема 7. Методика тактической подготовки в процессе многолетних занятий спортом.** Определение понятия «спортивная тактика». Структура тактической подготовки. Алгоритмическая тактика в различных группах видов спорта (сложно-координационные, скоростно-силовые, спринтерские, циклические). Вероятностная тактика в различных группах видов спорта (циклические, игровые, единоборства, многоборья). Эвристическая тактика. Факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности спортсменов. Средства и методы овладения тактическими действиями. Тактическая подготовка на различных этапах многолетней спортивной подготовки

**Тема 8. Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства.** Понятие о технологии управления тренировочным процессом. Постановка цели и прогнозирование. Методы прогнозирования. Моделирование в системе управления. Основные виды моделей, используемых в спортивной практике и их характеристика. Планирование и программирование компонентов спортивной подготовки. Планирование



разного уровня. Система контроля. Виды тестовых испытаний. Принятие решений по корректировке программ подготовки. Основные компоненты и простейшая схема управления тренировочным процессом

**Тема 9. Основные концептуальные подходы к построению тренировочного процесса в макроциклах подготовки.** Факторы, которые необходимо учитывать при выборе той или модели построения круглогодичной тренировки. Наиболее принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов (Л.П.Матвеев). Аргументы против и в пользу «классической» модели построения круглогодичной тренировки. Суть альтернативных положений модели построения тренировочных макроциклов, предложенной Ю.В. Верхошанским. Суть альтернативных положений модели построения тренировочных макроциклов, выдвинутой А.П.Бондарчуком. Особенности построения тренировочных макроциклов по модели, предложенной В.Б. Иссуриным. Особенности построения тренировочного макроцикла в игровых и сложно-координационных видах спорта. Технология подбора и построения моделей больших тренировочных циклов

**Тема 10. Основные положения и нормативные основы построения тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.** Значимость разносторонней и специальной физической подготовки в процессе многолетних занятий спортсменов. Понятие о должных нормах разносторонней и специальной подготовленности спортсменов и современные подходы к их разработке. Должные уровни разносторонней физической подготовленности спортсменов для различных этапов многолетних занятий избранным видом спорта. Объем соревновательной практики на разных этапах многолетней подготовки спортсменов.

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Структура управления физкультурно-спортивным движением в Российской Федерации на современном этапе		2
2.	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, спортивная ориентация и многоэтапный отбор в процессе спортивных занятий	2	
3.	Систематизация средств и методов подготовки спортсмена, тренировочные и соревновательные нагрузки		2
4.	Структура соревновательной деятельности, и факторы, повышающие ее эффективность	2	
5.	Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства	2	
6.	Основные концептуальные подходы к построению структуры многолетней спортивной подготовки	2	
7.	Основные концептуальные подходы к построению тренировочного процесса в макроциклах подготовки	2	
8.	Основные положения и нормативные основы построения		2

	тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов		
9.	Основные технологические подходы к построению средних циклов подготовки	2	
10.	Основные технологические подходы к построению тренировочных микроциклов	2	
11.	Технологии индивидуально ориентированного построения тренировочного процесса	2	
<b>Итого:</b>		<b>16</b>	<b>6</b>

#### 4.4. Практические занятия / семинарские занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Современные подходы к организации спортивной подготовки	2	2
2.	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, спортивная ориентация и многоэтапный отбор в процессе спортивных занятий	2	
3.	Систематизация средств и методов подготовки спортсмена, тренировочные и соревновательные нагрузки	2	2
4.	Методика развития физических способностей в процессе многолетних занятий	2	
5.	Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства	2	2
6.	Основные концептуальные подходы к построению тренировочного процесса в макроциклах подготовки	2	
7.	Основные положения и нормативные основы построения тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов	2	
8.	Технологии индивидуально ориентированного построения тренировочного процесса	2	2
9.	Основные технологические подходы построения непосредственной предсоревновательной подготовки	2	
10.	Теоретико-методические положения построения структуры четырехлетнего олимпийского цикла подготовки	2	
<b>Итого:</b>		<b>20</b>	<b>6</b>

#### 4.5. Лабораторные работы в данном курсе не предусмотрены

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1.	1. Современные подходы к организации системы управления физкультурно-спортивным движением в России.	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
2.	Структура и функции государственных организаций в управлении	Конспект вопросов практического занятия	6	8

	физкультурно- спортивным движением в России..	оформление отчета		
3.	Структура и функции общественных организаций Российской Федерации в управлении физической культурой и на спортом на современном этапе	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
4.	Организация занятий физической культурой и спортом на местном уровне	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
5.	Характерные особенности современного этапа развития спорта высших достижений.	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
6.	Современное состояние системы спортивной подготовки в России	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
7.	Современные проблемы подготовки спортивных резервов	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
8.	Современная система спортивных школ и организаций для подготовки спортивных резервов. Задачи, реализуемые в них.	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
9.	Современные программы, реализуемые в спортивных школах России.	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
10.	Методические подходы к оценке труда тренеров спортивных школ. Критерии оценки качества труда тренеров. Спортивные сборные команды Российской Федерации	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
11.	Методические рекомендации по стимулированию труда тренеров. Аттестация тренерских кадров. Тренерские категории	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
12.	Раскройте смысловое содержание понятия «спортивный отбор». Чем отличается от концепции «спортивного отбора» концепция «спортивной» или «физкультурно-спортивной ориентации»? Что такое «спортивная селекция»?	Конспект вопросов практического занятия оформление отчета	6	8
<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 зачетная 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 практические занятия проводятся с применением мультимедийного оборудования (презентации, схемы, таблицы, рисунки). Для подготовки компетентных студентов применяются методические разработки для проведения практических занятий. Наиболее широко из интерактивных форм проведения аудиторных занятий - коллективный способ обучения, дискуссия (обсуждение докладов-презентаций и рефератов, подготовленных студентами).

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

Текущая аттестация студентов по дисциплине «Методология научного исследования» производится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- работа на семинарских занятиях;
- подготовка к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка тезисов по теме исследования;
- подготовка к защите индивидуальных практических работ;
- самостоятельная работа;
- экзамен.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме экзамена

Система накопления баллов по видам работ отражается в таблице.

### **Система оценивания учебных достижений студентов очной и заочной форм обучения**

<b>Вид текущей учебной работы</b>	<b>Количество баллов</b>
Экзамен (тестирование)	30
Работа на семинарских занятиях	10
Подготовка к устным докладам (мини-выступлениям)	10
Подготовка тезисов по теме исследования;	20
Подготовка к защите индивидуальных практических работ	20
Самостоятельная работа	10
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

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

### **а) основная литература:**

1. Фискалов В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учеб. пособие / В.Д.Фискалов, В.П.Черкашин. – М.: Издательство «Спорт», 2016. – 352 с.
2. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.

### **б) дополнительная литература:**

1. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки / А.П.Бондарчук. - К.: Олимпийская литература, 2005. – 304 с.
2. Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В.Бойко. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331с.
4. Верхошанский Ю.В. Теория и методология спортивной подготовки: блоковая система тренировки спортсменов высокого класса / Ю.В. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. – 2005 - №4. – С. 2-14.
5. Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки / В.Б. Иссурин. – М.: Советский спорт, 2010 – 288 с.
6. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты /Л.П.Матвеев. 5-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2010. - 340 с.
7. Фискалов В.Д. Теоретические основы и организация подготовки спортсменов: учебное пособие / В.Д. Фискалов, – Волгоград: ВГАФК, 2010. – 278 с.
8. Черкашин В.П. Проектирование технологий индивидуально ориентированного построения тренировочного процесса в скоростно-силовых видах легкой атлетики / В.П. Черкашин и др. (всего 5 авторов). – Волгоград: ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2008. – 188 с.
9. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н.Платонов. К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.
10. Федеральные стандарты спортивной подготовки и Типовые образовательные программы для спортивных школ по избранным видам спорта.

### **в) интернет - ресурсы:**

1. <https://www.elibrary.ru> eLIBRARY.RU Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.
2. <https://e.lanbook.com/> ЭБС «ЛАНЬ» Электронно-библиотечная система предоставляющая образовательным организациям доступ к электронным версиям книг ведущих издательств учебной, научной, профессиональной литературы и периодики по различным направлениям подготовки.

3. <http://library.vgafk.ru/> «Электронные копии» из библиотеки НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург Право использования электронных копий учебных и учебно-методических изданий

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

В учебном процессе при чтении лекций и проведения практических занятий, презентации студентов самостоятельной и учебно-исследовательской работы применяется мультимедийное оборудование, которым оснащены аудитории ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

### 9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)