

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	17 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	16	16	16	16
Практические	32	32	32	32
Итого ауд.	48	48	48	48
Контактная работа	48	48	48	48
Сам. работа	60	60	60	60
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

МС РФ, Доцент, Сабарайкин Ньургун Михайлович; ассистент, Константинов Гаврил Алексеевич _____

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины

Введение в специальность по тренерской деятельности

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденный приказом Минобрнауки России от 25 сентября 2019 г. № 886 (далее - ФГОС ВО)

(зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 октября 2019 г., регистрационный № 56284);

Изменения в федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25 мая 2020 г. № 681 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 17 августа 2020 г., регистрационный № 59288);

Приказ Минобрнауки России от 26.11.2020 № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.05.2021 № 63650);

составлена на основании учебного плана:

49.03.04 Спорт

утвержденного учёным советом вуза от 05.05.2023 протокол № 7.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от _____ 2023 г. № ____

Срок действия программы: 2023-2027 уч.г.

Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Председатель НМС УГН(С)

_____ 2023 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель НМС УГН(С) Коркин Е.В.

__ _____ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель НМС УГН(С)

__ _____ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2025 г. № __
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель НМС УГН(С)

__ _____ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2026 г. № __
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель НМС УГН(С)

__ _____ 2027 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2027 г. № __
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	формирование системы знаний о профессиональном становлении тренеров, педагогов по физической культуре; овладение навыками самопознания, анализа собственной деятельности с целью ее формирования и совершенствования; формирование профессиональной педагогической позиции.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.36
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	История физической культуры и спорта
2.1.2	Основы российской государственности
2.1.3	Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта
2.1.4	История России
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Физическая культура и спорт
2.2.2	Наследие Д.П. Коркина
2.2.3	Педагогика физической культуры
2.2.4	Производственная практика: педагогическая
2.2.5	Учебная практика: тренерская

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

ОПК-6: Способен воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения

Знать:

Уровень 1	Имеет общие знания о средствах и методах воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения
Уровень 2	Знает средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения
Уровень 3	Обосновано рассуждает о знаниях средств и методов воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения

Уметь:

Уровень 1	на базовом уровне умеет воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
Уровень 2	Умеет воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
Уровень 3	Обосновывает умение в воспитании у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения

Владеть:

Уровень 1	На базовом уровне владеет средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения спортивной
Уровень 2	Владеет средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения спортивной
Уровень 3	Обосновывает и глубоко поясняет владение средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения спортивной

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- основные принципы, средства и методы спортивной тренировки, основные виды подготовки в спорте;

3.1.2	- различия в подготовке спортсменов различного пола, возраста и уровня подготовленности
3.2	Уметь:
3.2.1	- разрабатывать программу тренировки на одно занятие, недельный и месячный циклы для спортсменов разного возраста, пола, спортивной квалификации;
3.2.2	- определять критерии индивидуализации тренировочного и соревновательного процесса, оценивать индивидуальный потенциал спортсменов в ИВС
3.3	Владеть:
3.3.1	- планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки в ИВС;
3.3.2	- планирования этапа непосредственной подготовки к соревнованиям

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1.						
1.1	Введение в предмет «Введение специальность по тренерской деятельности» /Лек/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.2	Профессиональный дневник тренера /Пр/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.3	Культура и спорт. Сферы деятельности современного тренера /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.4	Особенности профессиональной деятельности тренеров в современных условиях /Лек/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.5	Культура и особенности общения тренера /Пр/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.6	Особенности деятельности тренера в индустрии фитнеса /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.7	Требования, предъявляемые к личности и деятельности современного тренера /Лек/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.8	Педагогический такт тренера. Внимание и наблюдательность тренера /Пр/	1	3	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.9	Требования к деятельности и личности тренера /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.10	Социально-педагогические факторы, определяющие успешность педагогической деятельности тренера /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.11	Общение тренера с группой (наблюдение и анализ) /Пр/	1	3	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.12	Предпосылки формирования мастерства тренера /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.13	Актерское мастерство в работе педагога-тренера /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.14	Мастерство тренера на тренировочном занятии /Пр/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.15	Личность идеального тренера /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.16	Профессионализм и мастерство в деятельности тренера. Ключевые компетенции тренера /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.17	Использование наглядных пособий и технических средств в тренировке /Пр/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.18	Психологическая готовность к тренерской работе /Ср/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.19	Роль личности тренера в успешности спортивно-оздоровительной деятельности клиентов (воспитанников) /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.20	Творческая активность тренера /Пр/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.21	Роль личности тренера в мотивации к занятиям клиентов (вос- питанников) /Ср/	1	3	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.22	Общение и формирование коммуникативной компетенции тренера в процессе тренировки /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.23	Посещение занятий опытных тренеров /Пр/	1	3	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.24	Особенности стилей взаимодействия тренера со своими клиен-тами (занимающимися) /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.25	Использование обратной связи в процессе оказания спортивно- оздоровительных услуг /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.26	Методы анализа результатов и уровня тренерской деятельности, процесса деятельности тренера, оценка свойств личности тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.27	Индивидуально-психологические факторы успешности тренерской деятельности /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.28	Общий анализ тренировочного занятия /Пр/	1	5	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.29	Мотивация профессиональной деятельности тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.30	Возможные трудности в работе тренера. Психологические особенности разрешения ситуаций /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.31	Ролевые позиции тренера в профессиональной деятельности /Ср/	1	3	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.32	Оценка эффективности работы тренера /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.33	Анализ первых тренерских успехов /Пр/	1	4	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.34	Эффективность занятий клиента (занимающегося) в зависимости от личностных качеств и авторитета тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.35	Научно-методическая работа тренера. Современные информационные технологии в работе тренера /Лек/	1	1	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.36	Научный анализ и обобщение передового тренерского опыта /Пр/	1	5	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.37	Общие и педагогические способности, как предпосылки фор-мирования мастерства тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.38	Педагогическая этика и педагогический такт тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.39	Особенности индивидуального стиля деятельности тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.40	Коммуникативные компетенции тренера в процессе оказания спортивно-оздоровительных услуг /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.41	Использование обратной связи в работе тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.42	Авторитет тренера- стержень его мастерства /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.43	Мастерство тренера в управлении межличностных отношений участников в группе /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.44	Определение существенных признаков передового тренерского опыта /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.45	Типичные трудности в деятельности педагога-тренера и пути их решения /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.46	Цели и задачи самообразования и самосовершенствования тренера /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

1.47	Методы изучения личности тренера и спортсмена /Ср/	1	2	ОПК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
------	--	---	---	-------	---	---	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Перечень экзаменационных вопросов

1. Сущность спорта в физическом воспитании.
2. Цели и задачи спортивной тренировки.
3. Типовые тесты для оценки уровня развития быстроты.
4. Классификация видов спорта по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной активности (Л.П. Матвеев).
5. Типовой план построения учебных программ для ДЮСШ и СДЮШОР (нормативная часть учебной программы, группы подготовки, этапы подготовки).
6. Сила. Основные понятия.
7. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
8. Профессиональные знания тренера, воспитательная роль тренера.
9. Типовые тесты для оценки уровня развития ловкости.
10. Определение профессионального педагога, требования к профессиональным качествам педагога.
11. Типовой план построения учебных программ для ДЮСШ и СДЮШОР (методическая часть учебной программы, группы подготовки, этапы подготовки).
12. Быстрота. Основные понятия.
13. Методические аспекты деятельности педагога физической культуры. Начальное общее образование.
14. Требования к профессиональной подготовленности преподавателей физической культуры учащейся молодежи и студентов вузов. Профессиональные аспекты тренера.
15. Ловкость. Основные понятия.
16. Непрерывное физкультурное образование населения РФ.
17. Характеристика «либерального» типа руководства тренера.
18. Типовые тесты для оценки уровня развития силы.
19. Методические аспекты деятельности педагога физической культуры.
20. Культура наставника (признаки тренерской культуры).
21. Гибкость. Основные понятия.
22. Научная организация труда (НОТ) тренера.
23. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей (общие положения, основные задачи учреждения, организация учреждения).
24. Выносливость. Основные понятия.
25. Педагог на современном этапе развития общества. Образ современного педагога, педагогическое мастерство преподавателя физической культуры. Основные направления деятельности Федеральной специализированной спортивной школы.
26. Типовые тесты для оценки уровня развития гибкости.
27. Методические аспекты деятельности педагога физической культуры. Основное среднее образование.
28. Тренер и спортсмен, виды тренерского авторитета.
29. Требования к профессиональной подготовленности учителей физической культуры детей дошкольного возраста.
30. Выносливость. Основные понятия.
31. Тренер и спортсмен, виды тренерского авторитета.
32. Требования к профессиональной подготовленности учителей физической культуры детей дошкольного возраста.
33. Средства спортивной тренировки. Их характеристика.
34. Творчества тренера.
35. Показатели оценки развития массового спорта и физического воспитания в образовательных учреждениях в зарубежных странах.
36. Характеристика «демократического» типа руководства тренера.
37. Специфика тренерской деятельности.
38. Категории учителей, критерии выражающие в баллах, метод экспертной оценки.
39. Основные принципы спортивной тренировки. Их характеристика.
40. Освоение тренером передового опыта.
41. Основы деятельности образовательного учреждения дополнительного образования детей, участники образовательного процесса, управление и руководства.
42. Характеристика «авторитарного» типа руководства тренера.

43. Педагогический и врачебный контроль в ДЮСШ. Теоретическая подготовка, воспитательная работа и психологическая подготовка, восстановительные средства и мероприятия.
44. Гибкость. Основные понятия.
45. Условия зачисления в спортивную школу, комплектование групп и порядок перевода учащихся на каждый последующий год обучения, организация учебно-тренировочного процесса.
46. Уровни профессионализма тренера. Их характеристика.
47. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей (общие положения, основные задачи учреждения, организация учреждения).
48. Основное общее образование.
49. Требования к профессиональной подготовленности преподавателей физической культуры учащейся молодёжи и студентов вузов. Профессиональные аспекты тренера.
50. Основное среднее образование.
51. Педагог на современном этапе развития общества. Образ современного педагога, педагогическое мастерство преподавателя физической культуры. Основные направления деятельности Федеральной специализированной спортивной школы.
52. Типовые тесты для оценки уровня развития гибкости.
53. Основы деятельности образовательного учреждения дополнительного образования детей, участники образовательного процесса, управление и руководства.
54. Характеристика «демократического» типа руководства тренера.
55. Методические аспекты деятельности педагога физической культуры. Основное среднее образование.
56. Средства спортивной тренировки. Их характеристика.
57. Требования к профессиональной подготовленности преподавателей физической культуры учащейся молодёжи и студентов вузов. Профессиональные аспекты тренера.
58. Цели и задачи спортивной тренировки.
59. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
60. Тренер и спортсмен, виды тренерского авторитета.

5.2. Темы письменных работ

Перечень примерных тем для подготовки реферата

1. Социальная обусловленность возникновения и развития физической культуры.
2. Материальные и духовные ценности физической культуры.
3. Общее представление о физической культуре как сфере профессиональной деятельности.
4. Физкультурное образование как система подготовки кадров для развития физической культуры.
5. Профессиональные стандарты в сфере физической культуры и спорта.
6. Личностные и профессиональные качества учителя физической культуры (тренера).
7. Адаптация студентов к условиям обучения в вузе.
8. Факторы среды, влияющие на успешность обучения студентов в вузе.
9. Организация научно-исследовательской и проектной деятельности студентов в вузе.
10. Организация педагогического контроля в вузе.
11. Образование как средство становления личности профессионала.
12. Профессиональные знания и умения специалиста в области физической культуры и спорта.
13. Режим труда и отдыха как компонент здорового образа жизни.
14. Рациональное питание как компонент здорового образа жизни.
15. Двигательная активность личности как компонент здорового образа жизни.
16. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.

5.3. Фонд оценочных средств

5.4. Перечень видов оценочных средств

Примеры тестовых заданий

1. Основной целью учебного процесса в вузе (на факультете) физической культуры является
 - А) овладение будущими специалистами в области физической культуры и спорта профессиональными знаниями, умениями и навыками
 - Б) воспитание гармонически развитой личности, обладающей необходимыми для предстоящей профессиональной деятельности компетенциями
 - В) формирование у будущих специалистов целостного представления об изучаемом предмете
 - Г) совершенствование физического развития, двигательных способностей, личностных качеств и профессиональных знаний будущего специалиста
2. Основные требования к учителю физической культуры

- А) педагогическое мастерство и педагогический такт
Б) сила воли, педагогическая техника
В) идейность, терпеливость
Г) устойчивость, наблюдательность
Д) терпеливость, внимательность
3. Какие способности учителя физической культуры позволяют постоянно расширять и углублять знания в своей области?
А) дидактические
Б) речевые
В) академические
Г) перцептивные
4. Основателем отечественной системы физического образования является
А) Л.П. Матвеев
Б) П.Ф. Лесгафт
В) М.В. Ломоносов
Г) Пьер де Кубертен
5. В каком году в нашей стране был введен предмет «Физическая культура и спорт» в учебные планы?
А) 1901
Б) 1910
В) 1911
Г) 1929
6. Процесс развития двигательных качеств и приобретения двигательных навыков – это
А) физическое развитие
Б) физическое воспитание
В) физическая культура
Г) комплекс физических упражнений
7. Объектами профессиональной деятельности (или области знания) выпускников бакалавриата физкультурных вузов являются
А) педагогическая деятельность, проведение научно-исследовательских работ
Б) проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы
В) организационно-методическая деятельность в области ФКиС, подготовка спортсменов
Г) все ответы верны
8. Соотнесите тип профессиональной задачи с ее формулировкой
А) педагогическая
Б) научно-исследовательская
В) рекреационная
Г) организационно-управленческая
1. планирование и выполнение прикладных работ теоретического и экспериментального характера с целью определения методик повышения эффективности деятельности в физической культуре и спорте
2. разработка и реализация программ физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, программ в сфере физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг
3. планирование и реализация мероприятий по обеспечению эффективности и соответствия уставным целям деятельности физкультурно-спортивной организации
4. разработка и реализация образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, среднего профессионального образования, высшего образования, дополнительного профессионального образования, дополнительного образования детей и взрослых в сфере физической культуры и спорта
9. Формами письменного контроля учебной деятельности студентов в вузе являются
А) коллоквиум, эссе
Б) устный опрос, тестирование
В) реферат, контрольная работа
Г) проектное задание, выпускная квалификационная работа
10. Основными видами деятельности педагога по физической культуре и спорту являются
А) организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта
Б) организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения
В) методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности
Г) все ответы верны
11. Какие показатели свидетельствуют о профессиональной пригодности к

педагогической деятельности (учитель физической культуры)

- А) уравновешенность и психическая устойчивость
- Б) приверженность вредным привычкам
- В) хорошая физическая подготовка
- Г) ответственность и дисциплинированность

12. По каким направлениям готовят педагогов в физкультурных вузах

- А) физическая культура, технологии спортивной подготовки
- Б) физическая культура и безопасность жизнедеятельности
- В) физкультурно-оздоровительная работа, лечебная физкультура
- Г) все ответы верны

13. Установите соответствие понятия и его определения

- А) физическая культура
- Б) физическое образование
- В) физическое развитие
- Г) физическое совершенство

1. процесс обучения человека двигательным умениям и навыкам, управления

движениями своего тела во времени и пространстве, овладения теоретическими знаниями по использованию средств ФК в различных условиях жизни и деятельности

2. процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей

3. естественный процесс возрастного изменения морфологических и функциональных свойств организма, обусловлены наследственными факторами и конкретными условиями внешней среды

4. часть общей культуры человечества, которая представляет собой творческую деятельность по освоению прошлых и созданию новых ценностей преимущественно в сфере физического развития, оздоровления и воспитания людей

14. К формам организации учебного процесса в вузе относят

- А) урок, практическая работа
- Б) лекция, семинарское занятие
- В) лабораторная работа, практическое занятие
- Г) конференция, круглый стол

15. Специалист по физической культуре и спорту проходит в своем

профессионально-личностном становлении несколько стадий. Восстановите последовательность этих стадий с профессионального развития

- А) авторитет (работник становится лучшим среди мастеров)
- Б) интернал (молодой учитель физической культуры, способный самостоятельно справляться с основными профессиональными функциями)
- В) адепт (человек, который определился с выбором профессии; осуществляет профессиональную подготовку, осваивает профессию, специальность)
- Г) наставник (у учителя есть единомышленники, последователи среди коллег; высший уровень развития любого специалиста)
- Д) оптант (школьник, студент, находится в процессе профессионального самоопределения, выбора профессии)
- Е) мастер (учитель как мастер начинает выделяться на общем профессиональном фоне, становится равным среди равных)
- Ж) адаптант (первые шаги в профессии, вхождение в профессиональное сообщество)

16. Основным актом, регулирующим отношения в области образования, является

- А) Устав вуза
- Б) Закон «Об образовании»
- В) «Конвенция о правах ребенка»
- Г) Закон «Об опеке и попечительстве»

17. Основаниями для дифференциации специальностей педагогического профиля являются

- А) предметные области знаний
- Б) сроки обучения в вузе
- В) виды педагогической деятельности
- Г) возрастные периоды развития ребенка

18. Профессия «учитель физической культуры» относится к системе

- А) человек-природа
- Б) человек-техника
- В) человек-знаковая система
- Г) человек-человек

19. Профессиональная ориентация – это система таких взаимосвязанных компонентов, как

- А) самообразование
- Б) профдиагностика

- В) профессиональное просвещение
 Г) профессиональный отбор
20. Уровень обученности и подготовленности к выполнению определенного вида деятельности по полученному направлению подготовки или специальности называется
- А) конкурентоспособность
 Б) профессия
 В) квалификация
 Г) специальность
21. Описание системы признаков, характеризующих ту или иную профессию, перечень норм и требований к работнику называется
- А) профессиограмма
 Б) должностная инструкция
 В) государственный образовательный стандарт
 Г) технология
22. Род трудовой деятельности человека, предмет его постоянных занятий называется
- А) мастерство
 Б) профессия
 В) творчество
 Г) специализация
23. На формирование педагогической направленности личности учителя физической культуры наиболее сильное влияние оказывают следующие мотивы
- А) любовь к детям
 Б) мотив власти
 В) интерес к физической культуре
 Г) престиж педагогической профессии в сфере физической культуры

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Мартенс Райнер	Успешный тренер	Москва: Человек, 2014
Л1.2	Якимов А. М.	Основы тренерского мастерства: Учебно-методическое пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2015
Л1.3	Григорьева И. И.	Профессиональные стандарты. Сборник 1. «Спортсмен», «Тренер», «Инструктор-методист»: Документы и методические материалы	Москва: Издательство «Спорт», 2015
Л1.4	Серова Л. К., Терехина Р. Н.	Психология личности спортивного тренера	Москва: Издательство «Спорт», 2019
Л1.5	Якимов А.М.	Основы тренерского мастерства ⁹²² : Учеб.-метод. пособие	М.: Терра-Спорт, 2003
Л1.6	Ципурский И.Л., Павлов Н.	Тренер, которому нет равных: учебное пособие	М.: Советский спорт, 2011

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Зарахович Л. А., Королев Ю. В.	Практическое руководство для тренеров. Программа ИИХФ. Ступень С	Москва: Человек, 2012
Л2.2	Зарахович Л. А., Звонков В. Л., Королев Ю. В.	Практическое руководство для тренеров. Программа ИИХФ. Ступень D	Москва: Человек, 2012
Л2.3	Джо Бертанья	Библия хоккейного тренера	Москва: Издательство «Спорт», 2016
Л2.4	Загайнов Р.М.	Психологическое мастерство тренера и спортсмена ⁹²² : Методич. пособ. для олимпийцев: [Текст]	М.: Сов. спорт, 2005
Л2.5	Роджера В. Эрла, Томаса Р. Бехля пер. с англ. И. Андреев	Основы персональной тренировки. : библиография	Киев: Олимпийская литература, 2012

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Загайнов Р. М.	Психологическое мастерство тренера и спортсмена: Методическое пособие для олимпийцев	Москва: Советский спорт, 2005

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.2	Корх А.Я.	Психолого-педагогическая характеристика деятельности и личности тренеров922: Метод. разработки для студентов, слушателей фак-та усовершенствования и фак-та повышения квалификации ГЦОЛИФКа	М., 1986
ЛЗ.3	Загайнов Р.М.	Психологическое мастерство тренера и спортсмена922: Метод. пособие для олимпийцев: [Текст]	М.: Сов. спорт, 2005
ЛЗ.4	Михайлова Т.В.	Социально-педагогические основы деятельности тренера: монография	М.: Физическая культура, 2009
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Fitness-report.		
Э2	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Fitness-report.		
Э3	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Fitness-report. Журналы: Теория и практика физической культуры		
Э4	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Fitness-report.		
Э5	Журналы: Теория и практика физической культуры		
Э6	Журналы: Теория и практика физической культуры		
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Microsoft Office 2010		
6.3.1.2	ЭО moodle		
6.3.1.3	Project Expert		
6.3.1.4	Windows 10		
6.3.1.5	Libre Office		
6.3.1.6	ESET Endpoint Antivirus		
6.3.1.7	Adobe Reader		
6.3.1.8	ABBYY finereader		
6.3.1.9	chrome		
6.3.1.10	yandex		
6.3.1.11	opera		
6.3.1.12	Microsoft office 2007		
6.3.2 Перечень информационных справочных систем			
6.3.2.1	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний		
6.3.2.2	Международная электронная энциклопедия "Википедия"		
6.3.2.3	справочник химика – доступ свободный		
6.3.2.4	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»		
6.3.2.5	электронная библиотека ЧГИФКИС		
6.3.2.6	Электронно-библиотечная система		
6.3.2.7	Глоссарий.Ru		
6.3.2.8	Научная электронная библиотека		
6.3.2.9	Google Книги		
6.3.2.10	Issuu – Publications All categories – Most popular		
6.3.2.11	Деловые статьи и Интернет-сервисы		
6.3.2.12	Диссертации и авторефераты		

6.3.2.13	Научная библиотека
6.3.2.14	Научные журналы
6.3.2.15	Все для студента

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №212	Учебная лаборатория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (доска,

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Лекционный зал №3	Учебная аудитория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа (доска, проектор, экран, мультимедийный комплекс). Учебная мебель: рабочее место преподавателя, рабочие

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

СЛОВАРЬ ОСНОВНЫХ ТЕРМИНОВ

Здоровье - по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) означает отсутствие болезней в сочетании с полным физическим, психическим и социальным благополучием, а не только отсутствие болезни или физических дефектов. Физическая культура может решить задачи профилактики заболеваний, т.е. обеспечить физическое благополучие. Отчасти могут быть решены задачи психического благополучия, поскольку возбуждение в двигательной зоне коры головного мозга стягивает на себя более слабые очаги возбуждения в других местах.

Здоровый образ жизни - совокупность форм и способов жизнедеятельности личности, основанная на нормах, ценностях деятельности и укрепляющая адаптивные возможности организма.

Знания - набор фактов, требуемых для выполнения работы. Знания - более широкое понятие, чем навыки. Знания представляют интел-лектуальный контекст, в котором работает человек.

Компетенция (в переводе с латинского языка) - круг вопросов, в которых человек хорошо осведомлен, обладает познаниями и опытом. Компетенция - готовность субъекта эффективно организовать внутренние и внешние ресурсы для постановки и достижения цели. Под внутренними ресурсами понимаются знания, умения, навыки, надпредметные умения, компетентности (способы деятельности), психологические особенности, ценности и т.д. Компетентности - качества, приобретенные через проживание ситуаций, рефлексию опыта.

Компетентностный подход предполагает четкую ориентацию на будущее, которая проявляется в возможности построения своего образования с учетом успешности в личностной и профессиональной деятельности.

Компетентность - совокупность личностных качеств ученика (ценностно-смысловых ориентаций, знаний, умений, навыков, способностей), обусловленных опытом его деятельности в определенной соци-ально и личностно-значимой сфере.

Ключевые компетенции - наиболее универсальные по своему характеру и степени применимости компетенции. Их формирование осуществляется в рамках каждого учебного предмета, по сути, они - надпредметны.

Коммуникативная компетентность - способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми.

Креативность (от англ. create - творить) - уровень творческой одаренности, способности к творчеству, составляющий относительно устойчивую характеристику личности.

Критерии здоровья - уровень жизнеустойчивости, широта адаптации, биологическая активность органов и систем, способность к регенерации.

Культура общения - свод правил, которых придерживается каждая уважающая себя личность. Соблюдение этих правил - показатель уровня образования и культуры человека в целом, без культуры общения невозможно взаимодействовать с людьми в цивилизованном обществе, невозможно вести бизнес и налаживать деловые контакты.

Лидерство - способность влиять на людей, предводительствовать.

Личная продажа - одно из основных средств

Мотив - побуждение, объяснение индивидуально-психологические различия между людьми в протекании деятельности в идентичных условиях.

Мотивация - побуждение к действию с определенной целью.

Навыки - владение средствами и методами выполнения определенной задачи. Навыки проявляются в широком диапазоне; от физической силы и сноровки до специализированного обучения. Общим для навыков является их конкретность.

Образ жизни - привычки, режим, темп и ритм жизни, особенности работы и общения.

Обратная связь - процесс сравнения уровня исполнения обучаемого с установленным учебным стандартом. Обратная связь позволяет закрепить то, что было сделано правильно, помогает составить план действий по исправлению ошибок.

Общение - взаимодействие двух или более людей, состоящих в обмене между ними информацией познавательного или аффективно-оценочного характера.

Потребность - состояние нужды организма, индивида, личности в чем-то необходимом для их нормального существования.
Способность - врожденная предрасположенность выполнять определенную задачу, благоприятная предпосылка быстрого и успешного достижения высоких результатов в той или иной деятельности. Способность также является приблизительным синонимом одаренности.

Стереотипы поведения - видимые формы действий, предпринимаемых для выполнения задачи. Поведение включает в себя наследованные и приобретенные реакции на ситуации, и ситуационные раздражители. Наше поведение проявляет наши ценности, этику, убеждения и реакцию на окружающий мир. Когда человек демонстрирует уверенность в себе, формирует из коллег команду, или проявляет склонность к действиям, его поведение соответствует требованиям организации. Ключевым аспектом является возможность наблюдать это поведение.

Стресс - состояние напряжения, совокупность физиологических или психологических защитных реакций на воздействие различных неблагоприятных факторов.

Технология спортивной подготовки - системно-организованный комплекс многолетних тренирующих и обучающих воздействий, реализуемых в ритмах, объемах и интенсивностях, обеспечивающих заданные темпы развития спортивной результативности на основе научно обоснованных режимов тренирующих нагрузок, стимулирующих сбалансированное развертывание адаптационных процессов в организме спортсмена при строгом контроле за их адекватностью индивидуальным возможностям и способностям занимающихся и обязательном использовании соответствующих восстановительных, лечебных и оздоровительных мероприятий, гарантирующих сохранение и преумножение здоровья атлетов.

Технология физического воспитания - системно организованный комплекс педагогических и психологических воздействий, обеспечивающий по возможности непротиворечивое развитие физического и кинезиологического потенциала человека и освоение ими ценностей физической культуры в интересах формирования гармонично развитой личности высококультурного человека, убежденного приверженца здорового, спортивного стиля жизни.

Тренировочное занятие - цикл упражнений, направленных на повышение уровня подготовленности.

Усилия - сознательное приложение в определенном направлении ментальных и физических ресурсов. Усилия составляют ядро рабочей этики. Любому человеку можно простить нехватку таланта или средние способности, но никогда - недостаточные усилия. Без усилий человек напоминает вагоны без локомотива, которые также полны способностей, однако безжизненно стоят на рельсах.

Эмоции (в переводе с латинского означает - возбуждать, волновать потрясать) - субъективные переживания человека, его отношения к предметам, явлениям, событиям, другим людям.

Эмпатия - способность человека к параллельному переживанию тех эмоций, которые возникают у другого человека в процессе общения с ним.