

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»
Декан ФФКЕП В.А. Рябов
«18» марта 2025г.

Рабочая программа дисциплины

К.М.08.01.02 Спортивная ориентация и отбор

Код, название дисциплины

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Код, название направления

Направленность (профиль) подготовки

Физическая культура и Дополнительное образование
(спортивная подготовка)

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная

Год набора **2025**

Новокузнецк 2025

Лист внесения изменений
в РПД К.М.08.01.02 Спортивная ориентация и отбор

Сведения об утверждении:
2025 год набора

На 2025 / 2026 учебный год
утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и
природопользования (протокол Ученого совета факультета № 10 от 18.03.2025 г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета ФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 4 от 11.03.2025 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры физической культуры и спорта (протокол № 8
от 27.02.2025 г.) зав. кафедрой А.Н. Аксенова

Содержание

1. Цель дисциплины	4
Формируемые компетенции, индикаторы достижения компетенций, знания, умения, навыки.....	4
Место дисциплины	5
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации	5
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины	5
3.1. Учебно-тематический план	5
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы.....	6
4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.....	7
5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	8
5.1. Учебная литература.....	8
5.2. Программное и информационное обеспечение освоения дисциплины.	8
5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	9
6. Иные сведения и (или) материалы	9
6.1. Примерные темы письменных учебных работ	9
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации.....	9

1. Цель дисциплины

В результате освоения дисциплины КМ.08.01.02 «Спортивная ориентация и отбор» у обучающегося должны быть сформирована компетенция основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ОПК-6; ПК-2

Формируемые компетенции, индикаторы достижения компетенций, знания, умения, навыки

Таблица 1 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	ОПК-6.1. Знает цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры, закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. ОПК-6.2. Умеет использовать приобретенные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях. ОПК-6.3. Проводит с обучающимися воспитательные мероприятия о пользе физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, важности систематических занятий физическими упражнениями для оптимизации двигательного режима.	Знает: – социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; – составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие; – основы организации здорового образа жизни. Умеет: – определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; – использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; – формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. Владеет: – навыками обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; – навыками проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе и значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности систематических занятий физическими упражнениями для оптимизации двигательного режима.

ПК–2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК–2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС 00 и спецификой учебного предмета. ПК–2.2 Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). ПК–2.3 Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	Знает: –технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно–оздоровительные технологии . –современные средства оценки образовательных результатов обучающихся; Умеет: –рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе. –разрабатывать основные общеобразовательные программы образовательной организации и программы дополнительного образования по физической культуре в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом. –умеет оказывать консультативную помощь родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями. Владеет: –методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся . –современными средствами оценки образовательных результатов обучающихся
---	--	--

Место дисциплины

Дисциплина включена в «Предметно-методический модуль по профилю «Дополнительное образование (спортивная подготовка)» ОПОП ВО, обязательная часть. Дисциплина осваивается на I курсе во втором семестре.

2. Объем и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 2 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий.

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объем часов
1. Общая трудоемкость дисциплины	144
2. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	46
Аудиторная работа (всего):	46
в том числе:	
лекции	16
практические занятия, семинары	30
практикумы	
лабораторные работы	
в интерактивной форме	
в электронной форме	
Внеаудиторная работа (всего):	
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
подготовка курсовой работы /контактная работа	
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)	
творческая работа (эссе)	
3. Самостоятельная работа обучающихся (всего)	98
4. Промежуточная аттестация обучающегося	(семестр 2 – зачет с оценкой)

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1. Учебно-тематический план

Таблица 3 – Учебно-тематический план очной формы обучения.

Р№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Общая трудо- ём- кость (всего час.)	Трудоемкость занятий (час.)			Формы ¹ те- кущего кон- троля и про- межуточной аттестации успеваемости
			Аудиторные занятия		СРС	
			лек.	практ.		
1.	Научно-теоретические основы спортивной ориентации и отбора. Значение терминов	32	4	6	22	ИЗ, УО

¹ УО - устный опрос, УО-1 - собеседование, УО-2 - коллоквиум, УО-3 - зачет, УО-4 – экзамен, ПР - письменная работа, ПР-1 - тест, ПР-2 - контрольная работа, ПР-3 эссе, ПР-4 - реферат, ПР-5 - курсовая работа, ПР-6 - научно-учебный отчет по практике, ПР-7 - отчет по НИРС, ИЗ – индивидуальное задание.

	«спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация».					
2.	Методы тестирования физического состояния занимающихся и критерии спортивного отбора.	38	6	12	20	ИЗ, УО
3.	Методика подбора упражнений для оценки параметров физической, технической подготовленности. Прогнозирование спортивных результатов.	38	6	12	20	ИЗ, УО
	Промежуточная аттестация					УО-4
	Всего:	144	16	30	98	

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 4 – Содержание дисциплины.

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1.	Научно-теоретические основы спортивной ориентации и отбора. Значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация».	Понятие спортивного отбора. Спортивная ориентация как система организационно-методических мероприятий направленных на выявление пригодности спортсмена к узкоспециализированной спортивной деятельности. Основные параметры отбора. Сущность отбора. Задачи отбора. Проблема отбора и комплектование команды в ИВС. Проблема психо- и сомато-физиологической совместимости спортсменов.
2.	Методы тестирования физического состояния занимающихся и критерии спортивного отбора.	Морфологические и функциональные критерии. Показатели: морфологические, физиологические, биохимические. Общая и специальная физическая подготовка как критерии спортивного отбора. Биологический и паспортный возраст спортсмена. Сопоставление их паспортного и биологического возраста.
3.	Методика подбора упражнений для оценки параметров физической, технической подготовленности. Прогнозирование спортивных результатов.	Сущность и общая характеристика прогнозирования и проектирования спортивной подготовки. Иерархические ряды целей и прогнозов процесса спортивной подготовки, отбора и прогнозирования. Прогноз выступления на соревнованиях. Прогноз физической подготовленности.
<i>Содержание практических занятий</i>		
1.	Научно-теоретические основы спортивной ориентации и отбора. Значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация».	Спортивная селекция как отбор и комплектование сборных команд. Психофизиологический климат команды, сборной. Общая характеристика видов и разновидностей отбора. Этапы отбора. Олимпийский и перспективный отбор. Начальный отбор. Проблема психофизиологической предрасположенности к занятиям различными видами спорта. Текущий отбор. Проблемы спортивного отбора: этические, финансовые, научно-методические.
2.	Методы тестирования физического состояния занимающихся и критерии спортивного отбора.	Методы и принципы спортивного отбора. Педагогические, социологические, психологические, медико-биологические методы. Принцип стабильности результатов, принцип систематичности и результативности, принцип индивидуальности. Спортивная ориентация и способности. Наследственность и спортивная пригодность. Наследуемость морфологических признаков. Спортивная одаренность.
3.	Методика подбора упражнений для оценки параметров физической, технической подготовленности.	Методика составления прогноза. Краткосрочные и долгосрочные прогнозы физической подготовленности, выступления на соревнованиях. Корректность составления прогноза. Формы учета спортивных достижений. Дневник спортсмена. Сущность и уровни планирования и программирования отбора и прогнозирования. Общая характеристика пер-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	Прогнозирование спортивных результатов.	спективного планирования и программирования. Общая характеристика текущего планирования и программирования. Общая характеристика оперативного планирования и программирования.
	Промежуточная аттестация - экзамен	

4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 5.

Таблица 5 – Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

Учебная ра- бота (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы
Текущая учебная работа в семестре				
Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий.	60	Лекционные занятия (8 лекций)	1 балл – посещение одного лекци- онного занятия. 2 балла – посещение и конспектиро- вание одного лекционного занятия.	8-16
		Практические заня- тия (15 занятий)	1 балл – посещение 1 практическо- го занятия и выполнение работы на 51-65% 2 балла – посещение 1 занятия и существенный вклад на занятии в работу всей группы, самостоятель- ность и выполнение работы на 66- 100%	15-30
		Устный опрос	2 балла – наличие существенных пробелов в знании основного мате- риала по разделу. 5 балла – знание материала по раз- делу, основанное на знакомстве с обязательной литературой и совре- менными публикациями; аргумен- тированные ответы на поставленные вопросы.	2-5
		Индивидуальное задание (3 задания)	За одно задание: 2 балла – правильно выполнено 51- 65% задания 3 балла – правильно выполнено 66 - 100% задания	6-9
Итого по текущей работе в семестре:				31 - 60
Промежуточная аттестация				
Промежу- точная атте- стация (экза- мен)	40	Теоретический во- прос	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10-20
		Выполнение прак- тикоориентирован- ного задания.	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10-20
Итого по промежуточной аттестации (зачет)				20-40
Суммарная оценка по дисциплине:				51 – 100

5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1. Учебная литература

Основная учебная литература:

1. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. И. Семёнова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. – Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2018. – 105 с. – (Серия : Университеты России). – ISBN 978-5-534-07547-2. – URL: <https://biblio-online.ru/book/sportivnaya-orientaciya-i-otbor-423293>. (дата обращения: 21.09.2020). – Текст: электронный.

2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. – 2-е изд., испр. и доп. – Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2018. – 147 с. – (Серия : Университеты России). URL: <https://biblio-online.ru/book/sportivnaya-psihologiya-professionalnyy-otbor-v-sporte-411652>. (дата обращения: 21.09.2020). – Текст: электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Калинина, И. Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И. Н. Калинина, В. А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Электронные текстовые данные. – Омск : СибГУФК, 2016. – 75 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>. (дата обращения: 21.09.2020). – Текст: электронный.

2. Черепкина, Л. П. Медико-биологические основы отбора и прогнозирования высших спортивных достижений: (на примере водных видов спорта) : учебное пособие / Л. П. Черепкина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии и физиологии. – Электронные текстовые данные. – Омск: СибГУФК, 2005. – 92 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274558>. (дата обращения: 21.09.2020). – Текст: электронный.

3. Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: учебное пособие для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва: Академия, 2001. – 142, [2] с. – (Высшее образование). – Библиогр.: с. 141. – ISBN 5769506903 . – Текст: непосредственный.

4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 2-е изд. ; испр. и доп. – Москва: Академия, 2003. – 478, [2] с. – (Высшее образование). – Библиогр.: с. 472-473. – ISBN 5769508531. – Текст: непосредственный.

5.2. Программное и информационное обеспечение освоения дисциплины.

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях КГПИ КемГУ:

№ п/п	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности по дисциплине	Адрес помещений для проведения всех видов учебной деятельности по дисциплине
1.	223 Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения: – занятий лекционного типа; – занятий семинарского (практического) типа; – текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

	Учебно-наглядные пособия. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по сублицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	
2.	106 Помещение для самостоятельной работы, студентов: Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья, доска меловая. Оборудование: компьютеры (4 шт). Учебно-наглядные пособия. Используемое программное обеспечение: MS Windows (Microsoft Imagine Premium 3 year по сублицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

1. Спортивная Россия. Открытая платформа: <http://www.infosport.ru/>

6. Иные сведения и (или) материалы.

6.1. Примерные темы письменных учебных работ

1. Клубные формы работы.
2. Внеклассные занятия спортом в общеобразовательной школе.
3. Детско-юношеские спортивные школы.
4. Спортивная работа в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях, по месту жительства, в местах отдыха.
5. Студенческий спортивный клуб.
6. Средства и методы клубных форм работы.
7. Организация внеклассных занятий во внеурочное время.
8. Детско-юношеские спортивные школы как форма проведения спортивно массовых мероприятий.
9. Цели и задачи оздоровительной работы в спортивно оздоровительных лагерях и по месту жительства.
10. Организация спортивных секций в оздоровительных лагерях.
11. Место и значение в организации и проведение соревнований в сузах и вузах.
12. Календарь соревнований и виды соревнований.
13. Классификация соревнований и физкультурно-массовых оздоровительных мероприятий.

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

1. Факторы, определяющие двигательную способность человека и их краткая характеристика.
2. Какие существуют положения и перечень требований для успешной реализации ориентации и отбора.
3. Понятие «адаптационные перестройки» в организме человека под воздействием физической нагрузки.
4. Роль наследственности в определении морфофункциональных особенностей организма спортсмена.

5. Перечислите комплекс показателей для оценки пригодности спортсмена.
6. Понятия «задатки» и «приспособление» организма к внешним факторам и средовым влияниям.
7. Требования для реализации профессионального отбора в спорте.
8. Основные параметры, влияющие на отбор детей и подростков в спорте.
9. Основные методы измерения антропометрических данных их краткая характеристика.
10. Как можно использовать свойственную изменчивость пропорции тела для выбора спортивной деятельности.
11. Как можно вычислить окончательную длину тела у мальчиков и девочек в процессе отбора.
12. Какие существуют 14 измерений строения и конституции тела и как они изменяются с возрастом (до 15-16 лет).
13. Дайте полную характеристику видам спортивной деятельности на основе роста-весовых данных.
14. Изменения, происходящие в структурах (мышечных, костной системе и др.) под воздействием внешних факторов и тренировочных нагрузок.
15. В чем выражается гипертрофия мышц.
16. Какая связь между тренировочной деятельностью и экстремальной нагрузкой.
17. Какое значение имеет конституциональное строение тела в организации и проведении контрольных испытаний для ориентации и отбора.
18. Тесты, позволяющие определить такие двигательные качества, как скоростные, скоростно-силовые, силовые и выносливость.
19. Этапы определения и оценки соматического типа.
20. Какие контрольно-переводные нормативы по годам обучения существуют в программах ДЮСШ, СДЮШОР и т.д.
21. Характерные функции для объективности оценки достоинств или недостатков вариантов построения тренировочного процесса.
22. Принципы определения двигательного возраста детей, результаты тестирования по их физическим качествам и морфометрическим параметрам.
23. Контрольные испытания в практике отбора и приема кандидатов в детские спортивные школы.
24. Примерные критерии оценок задатков в циклических видах спорта.
25. Примерные критерии оценок задатков в игровых видах спорта (футбол, баскетбол).
26. Примерные критерии оценок задатков в видах единоборств.
27. Примерные критерии оценок задатков в скоростно-силовых видах спорта.
28. Традиционные методы определения функциональных особенностей спортсменов в различных видах спорта.
29. Назовите классификацию личностных мотивов при выборе вида спортивной деятельности и дайте краткую характеристику им.
30. Какие этапы предшествуют формированию мотиваций для реализации достижения поставленных целей. Этапы реализации.
31. Что такое притязание на вид деятельности, каково его значение в достижении высоких результатов.
32. Моральная сторона отбора и её гуманная функция.
33. Морфо-физиологические факторы отбора и критерии оценки (медико-биологическая сторона вопроса).
34. Что такое прогностичность показателей (по функциональным особенностям и уровню физической подготовленности) и её роль в перспективе будущего спортсмена.
35. Четыре этапа спортивной ориентации и отбора и дайте им характеристику.

36. Назовите основные разделы, входящие в программу отбора при формировании спортивных групп.

Составитель: Монахова Е.Г., доцент кафедры физической культуры и спорта