

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»

Институт физической культуры и спорта
Кафедра гимнастики и спортивных единоборств

УТВЕРЖДАЮ

проректор



П. А. Машаров

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО СПОРТА

Укрупненная группа направлений подготовки	49.00.00 Физическая культура и спорт
Программа высшего образования	Программа бакалавриата
Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
Профиль	Физкультурное образование
Квалификация	Бакалавр
Форма обучения	Очная, заочная

Рабочая программа адаптирована для лиц
с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Донецк 2024

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика детского и юношеского спорта» для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Физкультурное образование), составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года, № 940 (с изм. и доп.), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 06 апреля 2021 г. № 245 (с изм. и доп.), в соответствии с учебным планом, утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «ДонГУ» для набора 2024 года.

Разработчик:

зав. кафедрой гимнастики и спортивных единоборств,
кандидат наук по физ. восп. и спорту, доцент, Мастер
спорта СССР международного класса



В.В. Сидорова

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры гимнастики и спортивных
единоборств

Протокол от 26.03.2024 г. № 9А

Заведующий кафедрой



В.В. Сидорова

СОГЛАСОВАНО:

Директор института физической культуры и спорта
28.03.2024 г.



И.П. Зенченков

Учебно-методическая комиссия института физической культуры и спорта
Протокол от 27.03.2024 г. № 7

Председатель



И.В. Капланец

Руководитель основной профессиональной
образовательной программы,
канд. биол. наук, доц.
26.03.2024 г.



Т.В. Москалец

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Требования к предварительной подготовке обучающихся, предшествующие и сопутствующие дисциплины, на которых основывается изучение данной:

Базовые знания по физической культуре в объёме программы средней школы;

дисциплины программы бакалавриата: Теория и методика избранного вида спорта, Теория и методика физической культуры, Педагогика, Психология, Физиология физической культуры и спорта.

1.2. Дисциплины, курсовые работы и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: Теория спортивной тренировки, Производственная практика: тренерская; Производственная практика: преддипломная практика (обязательная), Государственная итоговая аттестация.

2. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Общая характеристика

Наименование показателя	Значение показателя
Название образовательной программы	49.03.01 Физическая культура (Профиль: Физкультурное образование)
Шифр и название в соответствии с учебным планом	Б1.В.ДВ.10.1 Теория и методика детского и юношеского спорта
Часть образовательной программы	Вариативная часть (формируемая участниками образовательных отношений) Дисциплины по выбору
Количество зачетных единиц / всего часов	3 / 108

2.2. Распределение часов по формам и периодам обучения

Форма обучения	курс	семестр	Общее количество часов					Форма контроля
			лекционных	лабораторных	практических	самостоятельной работы + контроль	всего	
Очная	3	6	30	—	30	48	108	экзамен
Очная, всего								
Заочная	4	8	6	—	6	96	108	экзамен

3. ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ

Формирование у студентов системы профессионально-педагогических знаний, умений и навыков для работы в системе детского и юношеского спорта, которая направлена на гармоническое развитие личности занимающихся, развитие физических качеств, достижение спортивного мастерства и укрепление здоровья; формирование знаний у студентов по оптимизации спортивной подготовки детей и молодёжи в соответствии с принципом единства возрастного и биологического развития ребёнка; овладение знаниями планирования разных циклов подготовки юных спортсменов в зависимости от этапа многолетней подготовки.

4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ КОМПОНЕНТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ, ИХ ИНДИКАТОРЫ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

4.1. ПК-12. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.

4.2. Индикаторы компетенций

ПК-12.2. Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирать средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся

4.3. Результаты обучения.

ПК-12.2.1. Осуществляет набор и комплектование групп с учетом специфики реализуемых дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту, индивидуальных и возрастных характеристик учащихся.

ПК-12.2.2. Демонстрирует умение применять современные методики по определению предрасположенности (задатков) детей к освоению избранного вида спорта.

ПК-12.2.3. Владеет методами спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.

Компетенции	Индикаторы	Результаты обучения
ПК-.12 Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.	ПК-12.2. Определяет индивидуальные возможности занимающегося; подбирает средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	ПК-12.2.1. Осуществляет набор и комплектование групп с учетом специфики реализуемых дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту, индивидуальных и возрастных характеристик учащихся.
		ПК-12.2.2. Демонстрирует умение применять современные методики по определению предрасположенности (задатков) детей к освоению избранного вида спорта.
		ПК-12.2.3. Владеет методами спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.

5. ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Название темы	Краткое содержание темы (вопросы темы)
Раздел 1. Система детско-юношеского спорта	

1. Формирование теории и методики детского и юношеского спорта	1.1. Цель и содержание дисциплины “Теория и методика детско-юношеского спорта”. 1.2. Влияние занятий спортом на организм детей и подростков: повышение лабильности адаптивных механизмов, улучшение функциональной деятельности органов и систем, восстановление энергетических ресурсов организма. 1.3. Формирование и развитие теории детского и юношеского спорта. 1.4. Разновидности спортивных школ и возрастные границы обучения в них. 1.5. Сроки формирования спортивного мастерства.
2. Организационные и научно-методические перспективы развития детско- юношеского спорта	2.1. Разновидности спортивных школ, направленность их работы, возрастные границы обучения в них. 2.2. Основные показатели деятельности спортивных школ. 2.3. Календарь спортмероприятий как основополагающий документ для работы тренера. Принцип субординации. 2.4. Приоритетные направления совершенствования работы спортивных школ. 2.5. Сроки формирования спортивного мастерства. 2.6. Соревновательная деятельность как основополагающая в занятиях спортом. 2.7. Критерии оценки деятельности спортивных школ и тренеров.
3. Педагогическая система комплексного воздействия подготовки юных спортсменов	3.1. Функционирование системы спортивной подготовки как многостороннего процесса. 3.2. Компоненты педагогической системы, их краткая характеристика. 3.3. Управление педагогической системой подготовки.
4. Научно-методические проблемы спортивного отбора.	4.1. Развитие проблемы спортивного отбора в стране. 4.2. Система отбора, связанная с этапами многолетней подготовки. 4.3. Разновидности спортивной ориентации и отбора. Задачи для их реализации. 4.4. Два подхода прогнозирования спортивных результатов. 4.5. Трёхэтапная система отбора по В.П. Филину. 4.6. Этапы спортивного отбора 4.7. Система отбора в спортивную школу. 4.8. Факторы, на которых базируется спортивный отбор. 4.9. Этапы отбора в многолетней подготовке спортсменов. Критерии отбора. Приоритетные направления совершенствования системы отбора спортсменов на начальных этапах многолетнего

	совершенствования. 4.10. Контрольные нормативы для отбора спортсменов в разных видах спорта.
5. Спортивные способности и одарённость юных спортсменов	5.1. Структура спортивных способностей и одаренности. 5.2. Системный подход в изучении способностей и одарённости в спорте. 5.3. Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей. 5.4. Спортивные способности различных типологических групп. 5.5. Проявление способностей в зависимости от соматических особенностей юного спортсмена.
Раздел 2. Особенности учебно-тренировочного процесса юных спортсменов	
6. Возрастные особенности занятий с юными спортсменами.	6.1. Учёт возрастных особенностей функций организма юных спортсменов. 6.2. Построение тренировочных занятий. 6.3. Общеразвивающие и специальные упражнения в тренировке юных спортсменов.
7. Физическая подготовка юных спортсменов.	7.1. Сенситивные возрастные периоды развития физических качеств. 7.2. Развитие скоростных способностей в многолетнем аспекте подготовки юных спортсменов. 7.3. Силовая подготовка спортсменов в разных видах спорта. 7.4. Развитие выносливости как комплексного физического качества. 7.5. Развитие гибкости. 7.6. Развитие двигательно-координационных способностей.
8. Построение тренировочного процесса юных спортсменов.	8.1. Основные факторы, влияющие на эффективность тренировочного процесса юных спортсменов. 8.2. Структура и содержание отдельных занятий. 8.3. Особенности тренировочного процесса юных спортсменов в микро-, мезо-, макроциклах подготовки и в течение года. 8.4. Индивидуальный подход как условие эффективности спортивной тренировки.
9. Построение многолетней тренировки юных спортсменов	9.1. Показатели, которые необходимо учитывать в многолетней тренировке юных спортсменов. 9.2. Методические положения многолетней тренировки юных спортсменов. 9.3. Примерное соотношение средств общей и специальной подготовки в процессе многолетней

	тренировки.
10. Педагогический контроль в подготовке юных спортсменов.	10.1. Контроль в учебно-тренировочном процессе как основа управления подготовкой юных спортсменов. 10.2. Виды контроля, их содержание в зависимости от возрастных особенностей занимающихся. 10.3. Педагогический контроль – основа подготовки квалифицированных спортсменов. 10.4. Методика применения различных систем контроля в спорте.
11. Организация занятий и режима жизни юного спортсмена	11.1. Формы организации занятий 11.2. Игровая спортивная тренировка 11.3. Спортивно-игровая тренировка 11.4. Круговая спортивная тренировка 11.5. Организация режима жизни и деятельности юного спортсмена

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Форма обучения очная, курс – 3, семестр – 6.

Заочная форма обучения, курс 4, семестр – 8.

Наименования разделов и тем	Количество часов									
	Очная форма					Заочная форма				
	Лекц	Лабор.	Практ	СРС+К	Всего	Лекц	Лабор.	Практ	СРС+К	Всего
Раздел 1 Система детско-юношеского спорта	14		14	20	48	3		2	43	48
1. Формирование теории и методики детского и юношеского спорта	2		2	2	6	1			5	6
2. Организационные и научно-методические перспективы развития детско-юношеского спорта	2		2	4	8	1			7	8
3. Педагогическая система комплексного воздействия подготовки юных спортсменов	2		2	4	8			1	7	8

4. Научно-методические проблемы спортивного отбора	4		4	4	12			1	11	12
5. Спортивные способности и одарённость юных спортсменов	4		4	6	14	1			13	14
Раздел 2. Особенности учебно-тренировочного процесса юных спортсменов	16		16	28	60	3		4	53	60
6. Возрастные особенности занятий с юными спортсменами.	2		2	4	8			1	7	8
7. Физическая подготовка юных спортсменов.	4		4	8	16	1		1	14	16
8. Построение тренировочного процесса юных спортсменов.	4		4	6	14	1			13	14
9. Построение многолетней тренировки юных спортсменов	2		2	4	8	1		1	6	8
10. Педагогический контроль в подготовке юных спортсменов	2		2	4	8			1	7	8
11. Организация занятий и режима жизни юного спортсмена	2		2	2	6				6	6
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР	30		30	48	108	6		6	96	108

7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (РЕДСТВА) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1. Контрольные вопросы

Раздел 1.

1. Цель и содержание дисциплины “Теория и методика детско-юношеского спорта”.
2. Влияние занятий спортом на организм детей и подростков: повышение лабильности адаптивных механизмов, улучшение функциональной деятельности органов и систем, восстановление энергетических ресурсов организма.
3. Формирование и развитие теории детского и юношеского спорта.

4. Разновидности спортивных школ и возрастные границы обучения в них.
5. Сроки формирования спортивного мастерства.
6. Разновидности спортивных школ, направленность их работы, возрастные границы обучения в них.
7. Основные показатели деятельности спортивных школ.
8. Календарь спор меропрятий как основополагающий документ для работы тренера. Принцип субординации.
9. Приоритетные направления совершенствования работы спортивных школ.
10. Сроки формирования спортивного мастерства.
11. Соревновательная деятельность как основополагающая в занятиях спортом.
12. Критерии оценки деятельности спортивных школ и тренеров.
13. Функционирование системы спортивной подготовки как многостороннего процесса.
14. Компоненты педагогической системы, их краткая характеристика.
15. Управление педагогической системой спортивной подготовки.
16. Развитие проблемы спортивного отбора в стране.
17. Система отбора, связанная с этапами многолетней подготовки.
18. Разновидности спортивной ориентации и отбора. Задачи для их реализации.
19. Два подхода прогнозирования спортивных результатов.
20. Трёхэтапная система отбора по В.П. Филину.
21. Этапы спортивного отбора.
22. Система отбора в спортивную школу.
23. Факторы, на которых базируется спортивный отбор.
24. Этапы отбора в многолетней подготовке спортсменов. Критерии отбора.
25. Приоритетные направления совершенствования системы отбора спортсменов на начальных этапах многолетнего совершенствования.
26. Контрольные нормативы для отбора спортсменов в разных видах спорта.
27. Системный подход в изучении способностей и одарённости в спорте. Комплексное изучение спортивной одарённости.
28. Содержание общих и специальных способностей у спортсменов.
29. Уровни развития компонентов спортивных способностей у спортсменов разных видов спорта.
30. Основные требования к применению тестов и контрольных упражнений для оценки уровня развития физических качеств.
31. Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей. Тип нервной системы и его значение в процессе занятий спортом.
32. Психофизиологическая диагностика спортивных способностей.
33. Соматическое развитие и спортивные способности детей. Оценка соматической типологизации по разным авторам.
34. Проявление способностей в зависимости от соматических особенностей индивидуума. Особенности соматического развития спортсменов. Определение соматического развития при спортивном отборе.
35. Методика определения соматического развития при спортивном отборе. Визуальная оценка индивидуума по следующим показателям: мускулатура; тонус; жиротложение; кости; форма спины; форма грудной клетки; форма ног и стоп.

Раздел 2.

36. Возрастная периодизация и её учёт при построении тренировочного процесса.
37. Анатомо-физиологические особенности детей и подростков.
38. Методические рекомендации для построения учебно-тренировочного процесса

детей и подростков.

39. Сенситивные возрастные периоды развития физических качеств.
40. Развитие скоростных способностей в многолетнем аспекте подготовки юных спортсменов.
41. Силовая подготовка спортсменов в разных видах спорта.
42. Развитие выносливости как комплексного физического качества.
43. Развитие гибкости в многолетнем аспекте подготовки юных спортсменов.
44. Развитие двигательльно-координационных способностей.
45. Основные факторы, влияющие на эффективность тренировочного процесса юных спортсменов.
46. Структура и содержание отдельных занятий.
47. Особенности тренировочного процесса юных спортсменов в микро-, мезо-, макроциклах подготовки и в течение года.
48. Индивидуальный подход как условие эффективности спортивной тренировки.
49. Показатели, которые необходимо учитывать в многолетней тренировке юных спортсменов.
50. Методические положения многолетней тренировки юных спортсменов.
51. Примерное соотношение средств общей и специальной подготовки в процессе многолетней тренировки.
52. Контроль в учебно-тренировочном процессе как основа управления подготовкой юных спортсменов.
53. Виды контроля, их содержание в зависимости от возрастных особенностей занимающихся.
54. Педагогический контроль – как основа подготовки квалифицированных спортсменов.
55. Методика применения различных систем контроля в спорте.
56. Методика организации учебно-тренировочного занятия. Игровая спортивная тренировка. Спортивно-игровая.
57. Организация режима жизни и деятельности юного спортсмена.
58. Особенности использования педагогических, психологических и медико-биологических средств восстановления в процессе подготовки юных спортсменов.
59. Распорядок дня юного спортсмена. Сбалансированное питание. Потребность детей и подростков в витаминах и минеральных веществах.
60. Закаливание организма детей и подростков. Рекомендуемая последовательность приёма суховоздушных и гидропроцедур для начинающих.
61. Психорегуляция эмоционального состояния юных спортсменов. Самомассаж.

7.2. Темы письменных работ.

Контрольные работы по темам практических занятий:

- Причины форсирования подготовки в детско-юношеском возрасте.
- Составить комплексы упражнений и описать методические особенности их реализации для развития специальных физических качеств в избранном виде спорта;
- разработать план использования различных методов развития физических качеств для одного тренировочного занятия на учебно-тренировочном этапе многолетнего совершенствования в ИВС;
- составить план – конспект занятия по специальной физической подготовке в ИВС;
- разработать планы – графики учебно-тренировочного процесса на месяц для спортсменов различной квалификации;

- описать особенности индивидуального подхода к спортсменом в избранном виде спорта.

7.3. Образец содержания экзаменационного билета.

ФГБОУ ВО «ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки: Физическая культура
 Профиль: Физкультурное образование
 Программа подготовки: бакалавр
 Семестр ОФО - 6, ЗФО - 8
 Учебная дисциплина Теория и методика детского и юношеского спорта

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Формирование и развитие теории детского и юношеского спорта.
2. Критерии эффективности работы тренера.
3. Методика организации учебно-тренировочного занятия. Игровая спортивная тренировка. Спортивно-игровая тренировка.

Утверждено на заседании кафедры ГСЕ
 Протокол № от „__” _____ года

Заведующий кафедры ГСЕ

 (подпись)

 Сидорова В.В.
 (ФИО)

Экзаменатор

 (подпись)

 Сидорова В.В.
 (ФИО)

8. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧАЮТ ОБУЧАЮЩИЕСЯ

Общая оценка знаний обучающихся по дисциплине проводится по 100-балльной шкале исходя из максимума, приведенного в таблице ниже. Организационно-учебная работа в аудитории оценивается на основе таких критериев как посещаемость занятий, своевременное и качественное выполнение домашних заданий, активность во время проведения лекционных и практических занятий (участие в обсуждении текущего и пройденного материала, выполнение практических заданий, решение ситуационных задач и т.п.).

Номера разделов	Вид работы	Баллы
Раздел 1	Организационно-учебная работа студента в аудитории	14
	Самостоятельная работа	4
	Контрольные работы по практике	8
Раздел 2	Организационно-учебная работа студента в аудитории	14
	Самостоятельная работа	4
	Контрольные работы по практике	6
	Контрольная работа по теоретическому материалу	10
ИТОГО		60
Экзамен		40
Общий итог за семестр		100

Соответствие баллов оценке

Количество баллов из 100	ECTS	Оценка по пятибалльной шкале	
		Экзамен, дифференцированный зачёт	Зачет
90-100	A	отлично	зачёт
80-89	B	хорошо	зачёт
75-79	C		зачёт
70-74	D	удовлетворительно	зачёт
60-69	E		зачёт
35-59	FX	неудовлетворительно	не зачтено
0-34	F		не зачтено

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- 1) для слепых и слабовидящих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
 - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом.
- 2) для глухих и слабослышащих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа;
 - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
 - экзамен проводится в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

- 3) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - письменные задания выполняются на компьютере;
 - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- 1) для слепых и слабовидящих:
 - в печатной форме увеличенным шрифтом;
 - в форме электронного документа;
- 2) для глухих и слабослышащих:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа.
- 3) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа.

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебные занятия проводятся в учебном корпусе института физической культуры и спорта ДонНУ, расположенного по адресу г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80. Для проведения лекционных и практических занятий требуется аудитория, оборудованная меловой или маркерной доской, мультимедийный проектор и экран, ноутбук, комплект учебной мебели для студентов, рабочее место преподавателя. Выход в Интернет - проводной или с использованием Wi-Fi.

Для самостоятельной работы используются текстовые и электронные ресурсы Научной библиотеки университета и других электронных библиотечных баз данных, учебно-методическое обеспечение, представленное в учебно-методическом кабинете института физической культуры и спорта (ауд. 020).

Обучающиеся имеют возможность использовать учебные материалы по дисциплине, размещенные на платформе Moodle Центра дистанционного образования ФГБОУ ВО «ДонГУ». При изучении дисциплины применяются электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

С использованием ресурсов платформы дистанционного образования осуществляется текущий контроль знаний обучающихся на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

11. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

11.1. Основная литература

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. – 6 изд. – М.: Спорт, 2019. - 342.
2. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 240 с. ISBN 978-5-9746-0132-3

11.2. Дополнительная литература

3. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г.Н. Германов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2018. - 224 с. - (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). - ISBN 978-5-534-04492-8. - Режим доступа : www.biblioonline.ru/book/32F832B3-F0AD-49CF-9462-96D21FF6FC9A.
4. Никитушкин В.Г. Современная подготовка юных спортсменов: методическое пособие / В.Г. Никитушкин. – М.: Москомспорт, 2009. – 112 с.
5. Сидорова В.В. Теория спортивной тренировки: курс лекций / сост. В.В. Сидорова; ФГБОУ ВО «ДонГУ», 2023. – 133 с.

12. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. **Национальная электронная библиотека (НЭБ):** федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ; Российская государственная библиотека. – Москва, 2019- . – URL: <https://rusneb.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный, подписка. Необходима установка программного обеспечения. – Текст: электронный.
2. **eLIBRARY.RU:** научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000- . – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. –Текст: электронный.
3. Научная электронная библиотека **«КиберЛенинка»:** сайт / Ассоциация «Открытая наука». – Москва, 2014- . – URL: <https://cyberleninka.ru/>. – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
4. Электронно-библиотечная система **«Лань»:** [сайт]. – URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
5. **ЭБС Юрайт:** электронная библиотечная система: сайт. – Москва, 2013. – URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
6. **Электронно-библиотечная система ДонГУ:** сайт / ФГБОУ ВО «ДонГУ». – Донецк, 2016- . – URL: <http://library.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
7. **Электронный каталог** Научной библиотеки ДонГУ: раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://library.donnu.ru/catalog/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: поиск свободный, электронные документы – для пользователей ДонГУ.
8. **Электронный архив ДонГУ:** раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://repo.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный.

13. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДонГУ № 46484614)
2. Microsoft Office (корпоративная лицензия ДонГУ № 46472919)
3. Microsoft Visual Studio (лицензия программы Dream Spark для высших учебных заведений)
4. Антивирус Касперского, Adobe Acrobat Reader, xPDF (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).