

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**  
(настольный теннис)

основной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.01 Физическая культура**

**Профиль СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

квалификация (степень) – бакалавр  
форма обучения – очная, заочная

**1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

**1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Рабочая программа учебной дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *академических бакалавров* по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является приобретение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области спортивной тренировки в избранном виде спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

**1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Академический бакалавр* по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

*педагогическая деятельность:*

осуществлять обучение и воспитание занимающихся в процессе занятий;

определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся

*тренерская деятельность:*

способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;

обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся.

*организационно-управленческая деятельность:*

соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий.

### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:**

Дисциплина относится к вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах по очной форме обучения, на 1-5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

### **1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

*Профессиональные:*

**ПК-14** - Способен совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

**ПК-15** – способен осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

**1.4.2.** В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"><li>- виды подготовки в ИВС, цели, задачи и методы их реализации</li><li>- планирование различных видов физкультурной деятельности и технологию составления и оформления документов планирования и учета;</li><li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям, правила обеспечения техники безопасности и профилактики травматизма;</li><li>- методы контроля физической, функциональной и технико-тактической подготовленности;</li><li>- правила соревнований и специфику проведения соревнований в ИВС</li><li>- технологию обследования соревновательной деятельности в настольном теннисе;</li></ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"><li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство</li><li>- организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия, осуществлять судейство соревнований в ИВС;</li><li>- использовать профессиональную лексику;</li><li>- использовать в тренировочном процессе методические приёмы с учётом их эффективности в ИВС;</li><li>- проводить и анализировать данные педагогического контроля;</li><li>- оказывать первую доврачебную помощь при травмах и острых состояниях</li></ul>

Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- профессиональной терминологией;</li> <li>- средствами и методами совершенствования технико-тактического мастерства; физической подготовленности;</li> <li>- навыками самостоятельной работы;</li> <li>- методами обучения технике физических упражнений, развития способностей, воспитания личности, проверки и оценивания результатов деятельности;</li> <li>- методологией и методикой планирования педагогического контроля тренировочного процесса</li> <li>- навыками судейства и опытом организации и проведения соревнований;</li> <li>- современными компьютерными программами для обследования и анализа соревновательной деятельности в ИВС</li> </ul>
----------	---

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ: очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>648</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	<b>98</b>	<b>64</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	
В том числе:	-	-	-	-	-	-				
Практические занятия (ПЗ)		64	98	64	98	98	64	64	98	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	
В том числе:	-	-	-	-	-					
изучение теоретического материала	10	2	2			2	2		2	
подготовка к проведению фрагмента занятия	8	4	4							
оформление отчётовсоревновательной деятельности	26	2	2	4	4	4	2	4	4	
подготовка к текущим контролям (тестированию)	18			4	4	4	2	4		
Подготовка к промежуточной аттестации	10		2		2		2		4	
Вид промежуточной аттестации(зачёт)			3		3		3		3 диф.	
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>часы</b>	<b>720</b>		180		180		180		180
<b>зачётные единицы</b>		<b>20</b>		<b>5</b>		<b>5</b>		<b>5</b>		<b>5</b>

\*В том числе, из 648 часов –180 часов интерактивных занятий

### заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>68</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>
В том числе:	-	-	-	-	-	-	-	-	-	--	
Практические занятия (ПЗ)	68	10	10	6	6	4	4	6	8	6	8
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>652</b>	<b>62</b>	<b>62</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>46</b>	<b>48</b>	<b>68</b>	<b>98</b>
В том числе:	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
изучение теоретического материала		40	10	40	36	24	34	12	14	22	38
подготовка к проведению фрагмента		10	10	10	10	4	4	6	8	6	10

занятия											
оформление отчётов		6	6	6		10	8		8	8	20
подготовка к текущим контролям		6	12	10	6	10	12	8	8	8	20
подготовка к аудиторной контрольной работе (тестированию)			4		4					4	
выполнение контрольной работы			20			20		20		20	
Подготовка к промежуточной аттестации					10		10		10		10
Вид промежуточной аттестации (зачёт)			к.р		з	к.р.	з	к.р	з	к.р	з диф.
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>Часы</b>	<b>720</b>	72	72	72	72	72	52	56	74	106
	<b>зачётные единицы</b>	<b>20</b>		4		4		4		3	

\*В том числе, из 68 часов –16 часов интерактивных занятий