

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**  
(плавание)  
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>✓ Психофизиологические, социально-психологические и медикобиологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся (ПК-14)</li><li>✓ Санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-15);</li></ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий (ПК-14);</li><li>✓ Использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности (ПК-14);</li><li>✓ Использовать в своей деятельности профессиональную лексику (ПК-14)</li><li>✓ Осуществлять тренерскую деятельность в ИВС (ПК-15).</li></ul>

	✓ Управлять тренировочным процессом по ИВС с учетом знаний об индивидуальных особенностях занимающихся (ПК-15).
Владеть:	✓ Способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (ПК-14); ✓ Навыками тренера-преподавателя II категории по ИВС (ПК-15).

## 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

### Очная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры								
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>550*</b>									
Практические занятия (ПЗ)		64	98	64	98	98	64	64	98	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>62</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:										
Написание реферата										
Письменная работа		8		8			8			
Подготовка к зачету			10		10	10		8		
Вид промежуточной аттестации (зачет)			3		3		3			3 диф
Общая трудоемкость (часы)	612	72	108	72	108	108	72	72	72	108
Зачетные единицы	17		5			5		5		5

*\*Примечание: 130 часов в интерактивной форме*

### заочная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
Аудиторные занятия (всего)	68	10	10	6	6	4	4	6	8	6	8
Практические занятия (ПЗ)	68	10	10	6	6	4	4	6	8	6	8
Самостоятельная работа (всего)	652	62	62	66	66	68	68	46	48	68	98
В том числе:											
Подготовка реферата		10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Подготовка к проведению фрагмента занятия		11	8	16	14	8	8			10	18
Изучение теоретического материала		12	10	16	12	14	16	2	16	12	18
Выполнение письменного домашнего задания		20	12	18	18	16	14	14	12	16	32
Подготовка к тестированию		8	2	6	2		10				10

<i>Подготовка контрольной работы</i>				20			20		20		20	
<i>Подготовка к зачёту</i>						10		10		10		10
Вид промежуточной аттестации: (к – контрольная) (з - зачет)				к		з	к	з	к	з	к	з Дифф.
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>720</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>52</b>	<b>56</b>	<b>74</b>	<b>106</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>5</b>

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (14 ЧАСОВ)