

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ТЕОРИЯ СПОРТА**  
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 «Теория спорта» составлена в соответствии с учебным планом подготовки академических *бакалавров* по направлению 49.03.01 – физическая культура в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области корпоративного спорта и реализации их в своей профессиональной деятельности.

**1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результатом освоения дисциплины является способность 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:

*тренерская деятельность:*

- проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта;
- осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов;
- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;
- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;

- обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния занимающихся. Вышеуказанное через призму дисциплины «Теория спорта» конкретизируется (проявляется) в следующих задачах:
- содействовать освоению специализированных теоретико-методических знаний, необходимых для эффективной тренировочной и соревновательной деятельности;
- ознакомить с приемами гармоничного развития физических качеств, функциональных систем организма и механизмов энергообеспечения, способствующих достижению планируемых результатов;
- способствовать освоению методики современной техники и тактики соревновательной деятельности;
- показать значение формирования специальной психической готовности к достижению максимальных результатов;
- ознакомить с условиями достижения рекордных спортивных результатов, предусматривающих реализацию резервных возможностей спортсменов.

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

Дисциплина относится к вариативной части вузовского компонента - (дисциплина по выбору). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (6 семестр) по очной форме обучения и 4 курсе (8 семестр) – заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: «анатомия человека», «физиология человека», «биохимия человека», «психология физической культуры», «теория и методика физической культуры».

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

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

#### ***а) общекультурные:***

***ОПК-3*** – способен осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки

#### ***б) профессиональные:***

***ПК-10*** - Способен реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся

**ПК-11** – способен разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта

**ПК-13** - Способен использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию

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

Знать:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Содержание основных понятий, цель, задачи, функции спорта, различия в направлениях спорта массового, резервного, высших достижений, характерные черты и тенденции современного спорта (ПК-10);</li><li>• Структуру и особенности соревновательной деятельности, типы соревнований (ПК-10);</li><li>• Специфические принципы, средства, методы спортивной тренировки, виды подготовки, методы оценки подготовленности спортсмена (ПК-11);</li><li>• Этапы многолетней подготовки; построение тренировочного занятия, микро-, мезо-, макроцикла (ПК-11);</li><li>• Управление тренировочным процессом, моделирование, планирование, контроль, отбор и прогнозирование в спорте (ПК-11);</li><li>• Особенности спортивной подготовки в женском, детско-юношеском и массовом спорте (ПК-13).</li></ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы развития всех двигательных качеств, определять дозирование нагрузки для спортсменов любой квалификации и возраста на различных этапах подготовки (ОПК-3);</li><li>• Формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т. п.) подготовки (ПК-10);</li><li>• Планировать тренировки в рамках отдельных занятий, микро-, мезо- и макроциклов, в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности спортсменов. (ПК-11);</li><li>• Выполнять предварительный, промежуточный, заключительный отбор в спортивную специализацию на основе характеристик, включающих антрометрические показатели, данные физического развития, функционального состояния, технико-тактических и других показателей (ПК-13).</li></ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Технологией учета медико-биологических, психологических, гигиенических и организационных факторов, определяющих качество спортивной тренировки (ПК-11);</li><li>• Технологией составления алгоритмов решения задач спортивной тренировки, используя для этого когнитивные методы (ПК-11);</li><li>• Технологией разработки тренировочных занятий с учетом индивидуально-приемлемых форм (ПК-13);</li><li>• Комплексом средств и методов развития всех двигательных способностей, в различных видах спорта, на различных этапах подготовки (ПК-13);</li><li>• Системой модульного построения тренировочных занятий по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т. п.) подготовки (ПК-13).</li></ul>

## 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	6 семестр
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>54*</b>	<b>54*</b>
В том числе:		
Лекции (Л)	20	20
Практические занятия (ПЗ)		
Семинары (С)	34	34
Лабораторные работы (ЛР)		
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>54</b>	<b>54</b>
Другие виды самостоятельной работы:		
<i>Изучение теоретического материала</i>	10	10
<i>Подготовка к текущим контролям</i>	8	8
<i>Подготовка к экзамену</i>	36	36
Вид промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
<b>Общая трудоёмкость:</b>		
<b>часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>зачётные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

\*Примечание: Из 54 часов занятий – 10 в интерактивной форме

### *заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	8 семестр
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>14*</b>	<b>14*</b>
В том числе:		
Лекции (Л)	6	6
Практические занятия (ПЗ)		
Семинары (С)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)		
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>94</b>	<b>94</b>
Другие виды самостоятельной работы:		
<i>Написание контрольной работы</i>	20	20
<i>Выполнение письменного домашнего задания</i>	18	18
<i>Изучение теоретического материала</i>	6	6
<i>Подготовка к текущим контролям</i>	14	14
<i>Подготовка к экзамену</i>	36	36
Вид промежуточной аттестации	экзамен	экзамен
<b>Общая трудоёмкость:</b>		
<b>часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>зачётные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

\*Примечание: Из 12 часов занятий – 2 в интерактивной форме