

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ТРЕНАЖЕРЫ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ
основной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 Физическая культура

Профиль **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**
квалификация (степень) – бакалавр
форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «тренажеры в физической культуре и спорте» составлена в соответствии с учебным планом подготовки академических бакалавров по направлению **49.03.0 – 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 компетентности при прохождении дисциплины «тренажеры в физической культуре и спорте» и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результат освоения дисциплины определяется 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 образовательной программой:

- ✓ осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления физической культурой и спортом и образованием, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры, спорта и образования;
- ✓ организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;

- ✓ 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, курсу дисциплин по выбору студента, устанавливаемым вузом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (5 семестр) по очной и заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: **зачет**. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетентности студента, полученные по следующим дисциплинам: анатомия человека, биомеханика двигательных действий, информатика.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие **общепрофессиональные компетенции (ОПК)**:

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

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ классификацию тренажеров (ОПК-3); ✓ основы знаний тренировочного процесса в силовой подготовке (ОПК-3); ✓ топографию мышечной силы (ОПК-3) ✓ методику определения относительно слабых мышечных групп (ОПК-3); ✓ методику коррекции относительно слабых мышечных групп (ОПК-3); ✓ цели и возможности основных методов специальной силовой подготовки на тренажерах (ОПК-3)
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ использовать тренажеры для специальной силовой подготовки в разных видах спорта (ОПК-3); ✓ проводить научные исследования с целью определения относительно слабых мышечных групп (ОПК-3); ✓ определять индивидуальные недостатки в специальной силовой подготовке на тренажерах (ОПК-3); ✓ подбирать тренажеры для коррекции параметров специальной силовой подготовки в разных видов спорта (ОПК-3); ✓ представлять результаты обработки данных для их дальнейшего анализа и использования (ОПК-3);
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ навыками использования тренажеров при силовой и специальной силовой подготовке (ОПК-3); ✓ основными методами направленного воздействия на относительно слабые мышечные группа в тренировочном процессе спортсменов различной квалификации (ОПК-3); ✓ умением подбирать тренажеры с учетом индивидуального уровня подготовленности занимающихся (ОПК-3);

	✓ основными методами обработки результатов тестирования на тренажерах с использованием компьютерных программ (ОПК-3);
--	---

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

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего)	50	50			
В том числе:					
Лекции	20*	20*			
Практические занятия (ПЗ)	30**	30**			
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
Самостоятельная работа (всего)	58	58			
В том числе:					
Изучение теоретического материала	23	23			
Расчетно-графические работы	23	23			
Подготовка к промежуточной аттестации	12	12			
Вид промежуточной аттестации	зачет	+			
Общая трудоемкость	Часы	108	108		
	зачетные единицы	3	3		

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях: количество часов – 20. Из них:

* – 8 часов на лекционных занятиях

** – 12 часов на практических занятиях

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего)	10	10			
В том числе:					
Лекции	4*	4*			
Практические занятия (ПЗ)	6**	6**			
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
Самостоятельная работа (всего)	98	98			
В том числе:					
<i>Расчетно-графические работы</i>	35	35			
Контрольная работа	35	35			
Подготовка к промежуточной аттестации	28	28			
Вид промежуточной аттестации	Зачет	+			
Общая трудоемкость	Часы	108	108		
	зачетные единицы	3	3		

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях: количество часов – 4. Из них:

* – 2 часа на лекционных занятиях

** – 2 часа на практических занятиях