

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ**  
**СПОРТА (ГАНДБОЛ)**

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

Профиль подготовки:

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**  
квалификация (степень) – академический бакалавр  
форма обучения – очная, заочная

## **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Рабочая программа учебной дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (гандбол)» 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 утверждёнными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (гандбол)» 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.

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

- решать образовательные задачи в рамках образовательных учреждений дошкольного, общего и профессионального образования, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы и обобщение практики в области физической культуры и образования;
- осуществлять обучение и воспитание занимающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учётом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

- обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;
- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- 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 уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям занимающихся;
- организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;
- работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической культуры и спорта;
- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий;
- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;
- проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;
- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся, обработки результатов исследований, решения других практических задач.

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

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (гандбол)» относится к Блоку 1, Вариативной части ООП. В

соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3- 4 курсах по очной форме обучения, на 4-5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет (д/о: 6 и 7 семестр; з/о: 8 и 9 семестр), **экзамен (д/о: 8 семестр; з/о: 10 семестр).**

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: экономике, социологии, культурологии, естественнонаучными основами ФК, анатомии человека, биохимии человека, физиологии человека, спортивной метрологии, профилактика наркомании средствами ФКиС.

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

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции (ПК): *профессиональные (ПК):* ПК-8; ПК-9; ПК-10; ПК-11; ПК-13; ПК-28; ПК-29; ПК-30.

Способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта **ПК-8;**

Способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видам спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции **ПК- 9;**

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

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

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

Способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта **ПК-28;**

Способностью применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы **ПК-29;**

Способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности **ПК-30.**

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

Знать:	– систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта и современные методики по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида ПК-8, ПК-10;
--------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы профилактики травматизма при проведении тренировочных занятий по избранному виду спорта в детско-юношеском спорте и со спортсменами массовых разрядов ПК-11, ПК-13.</li> <li>– технологии педагогического контроля и коррекции, средства и методы управления состоянием человека ПК-8, ПК-10;</li> </ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> <li>– определять антропометрические, физические и психологические параметры индивида при проведении мероприятий отбора и спортивной ориентации в баскетболе ПК-10;</li> <li>– разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы учебно-тренировочных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов ПК-11;</li> <li>– проводить тренировочные занятия по избранному виду спорта по избранному виду спорта в детско-юношеском спорте и со спортсменами массовых разрядов ПК-9, ПК-11, ПК-13;</li> <li>– осуществлять профилактику травматизма при проведении тренировочных занятий по избранному виду спорта в детско-юношеском спорте и со спортсменами массовых разрядов ПК-11, ПК-13;</li> <li>– выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта ПК-28, ПК-29, ПК-30;</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальными технологиями педагогического контроля и коррекции состояния спортсменов в избранном виде спорта ПК-13;</li> <li>– самостоятельным проведением научного исследования при решении актуальных вопросов в сфере избранного вида спорта с использованием опробованных методик (ПК-28, ПК-29, ПК-30)</li> </ul>

## 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
		VI	VII	VIII
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>156</b>	54	54	48
В том числе:	-	-	-	-
Лекции	20	8	8	4
Практические занятия (ПЗ)	116	38	38	40
Семинары (С)	20	8	8	4
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>168</b>	54	54	60
В том числе:				
Реферат	20	10	5	5
Изучение теоретического материала	44	20	20	4
Составление конспектов, планов, программ	28	9	10	9
Подготовка к аудиторной работе (тестированию)	30	10	14	6
Подготовка к промежуточной аттестации	46	5	5	36
Вид промежуточной аттестации (зачёт, экзамен)		3	3	э
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>часы</b>	<b>324</b>	108	216
	<b>зачётные единицы</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>6</b>

\*В том числе, из 156 часов – 32 часа интерактивных занятий.

**заочная форма обучения**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		VII	VIII	IX	X	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	
В том числе:	-	-	-	-	-	
Семинары (С)	48	8	8	16	16	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>276</b>	<b>60</b>	<b>68</b>	<b>76</b>	<b>72</b>	
В том числе:						
Реферат	-	-	-	-	-	
Изучение теоретического материала	174	46	54	52	22	
Составление конспектов, планов, программ	16	4	4	4	4	
Подготовка к аудиторной работе (тестированию)	30	10		10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации	56		10	10	36	
Вид промежуточной аттестации (зачёт, экзамен)			3	3	3	
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>Часы</b>	<b>324</b>	<b>68</b>	<b>76</b>	<b>92</b>	<b>88</b>
	<b>зачётные единицы</b>	<b>9</b>		<b>4</b>		<b>5</b>

\*В том числе, из 48 часов – 10 часов интерактивных занятий.