

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
**ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ
СПОРТА (КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ)**
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: конькобежный спорт» 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 (вариативного модуля) является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области конькобежного спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта: конькобежный спорт» определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Академический бакалавр по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи:

тренерская деятельность:

- Способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий конькобежным спортом, её приобщением к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- Осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижения высоких спортивных результатов;
- Подбирать адекватные к 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;

Научно – исследовательская деятельность:

- 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 апробированных методик;
- Осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- Использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся, обработки результатов исследования и решения других практических задач.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта: конькобежный спорт» относится к Блоку 1, Вариативной части ООП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах по очной форме обучения, на 4 и 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: Анатомия, Физиология, Биомеханика, Биохимия, Психология физической культуры, Педагогика физической культуры, Теория и методика ФК, Т и МИВС, Тренажеры в спорте, Теория спорта.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:
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:	- сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы, определяющие конкретную область своей будущей профессии, их взаимосвязь в системе (ПК-8, ПК-28); - планировать различные формы занятий с учётом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогического основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в
--------	---

	<p>целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся (ПК-10, ПК-11);</p> <ul style="list-style-type: none"> - организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в конькобежном спорте (ПК-11); - федеративные и нормативные документы органов управления в сфере ивс (ПК-8); - технику безопасности, приёмы страховки и самостраховки занимающихся при занятиях ивс (ПК-11).
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития (ПК-9, ПК-10); - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приёмы и средства их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ПК-11, ПК-13); - использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий (ПК-10, ПК-13); - организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования (ПК-11); - организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в области конькобежного спорта (ПК-29, ПК-30); - использовать в учебно-тренировочной деятельности актуальные приёмы обучения, воспитания, разнообразные формы занятий с учётом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья (ПК-10, ПК-28); - подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам (ПК-28); - использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных мероприятий (ПК-11).
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - различными средствами коммуникации в области ИВС (ПК-28); - приёмами объяснения и демонстрации основ техники скоростного бега на коньках, а также стилей бега на коньках (ПК-11, ПК-10); - способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок (ПК-13); - навыками рационального использования специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники (ПК-29, ПК-30).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
		6	7	8
Раздел «Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта»				
Аудиторная работа	156	54	54	48
Лекции	30	12	10	8
Практические занятия (ПЗ)	84	30	24	30

Семинары (С)	42	12	20	10	
СРС	168	54	54	60	
Расчетно-графические работы	8	2	6		
Рефераты, доклады	8	8			
Подготовка к текущим контролям	30	10	10	10	
Самостоятельное изучение теоретического материала, не вошедшего в аудиторские занятия	25	10	10	5	
Подготовка к аудиторным занятиям	28	9	9	10	
Подготовка к контрольной работе	24	10	9	5	
Подготовка к промежуточному контролю	45	5	10	30	
Вид промежуточной аттестации		зачёт	зачёт	Экзамен	
Общая трудоёмкость	Часы	324	108	108	108
	З.е.	9	3		6

Прим.: * - интерактивные часы 32 часа

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		7	8	9	10
Аудиторная работа	48	8	8	16	16
Лекции (Л)	12	2	2	4	4
Семинары (С)	14	2	2	4	6
Практические (П)	22	4	4	8	6
Самостоятельная работа	276	60	68	76	72
Рефераты, доклады	30	10	10	10	
Контрольная работа	50	20		20	10
Подготовка к текущим контролям	35	5	10	10	10
Подготовка к аудиторным занятиям	32	6	4	16	6
Подготовка к промежуточной аттестации	66	10	10	10	36

Самостоятельное изучение тем		63	9	34	10	10
Вид промежуточной аттестации:				зачёт	зачёт	экзамен
Общая трудоемкость	Часы	324	68	76	92	88
	З.е.	9		4		5

Прим.: * - интерактивные часы 10 часов