

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА:
ЛЫЖНЫЙ 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 «Теория и методика избранного вида спорта. лыжный 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 дисциплины (модуля) является освоение 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:

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:

- *педагогическая деятельность:*

1. решать педагогические задачи в рамках образовательных учреждений дошкольного, общего и профессионального образования, ориентированные на анализ научной и научно-методической литературы и обобщение практики в области физической культуры и образования;
2. осуществлять обучение и воспитание занимающихся в процессе занятий;
3. определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния занимающихся;

- *тренерская деятельность:*

1. способствовать формированию личности в процессе занятий избранным видом спорта, её приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

2. проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видам спорта;

- *организационно-управленческая деятельность:*

1. разрабатывать оперативные планы;

2. организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;

3. соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий;

- *научно-исследовательская деятельность:*

1. владеет методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, способен формулировать и представлять обобщения и выводы;

способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта. лыжный спорт» относится к Блоку 1, базовой части ООП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсе, в течение 1-5 семестров по очной форме обучения, на 1-4 курсах, в течение 1-8 семестров по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет (1 и 3 семестр/ 3 и 6 семестр), экзамен (2, 4 и 5 семестр/ 2, 4 и 8 семестр).

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

А) общекультурными компетенциями (ОК): **ОК-8.**

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (**ОК-8**);

Б) общепрофессиональными (ОПК): **ОПК-3; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-11;**

- способностью 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 (**ОПК-3**);

- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (**ОПК-5**);

- способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (**ОПК-6**);

- способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7);
- способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

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 знаний (ОК-8)
	✓ истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта (ОК-8)
	✓ историю, теорию и методику избранного вида спорта (ОПК-3)
	✓ функции психики, основные потребности человека, эмоции и чувства, мотивацию поведения и деятельности, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей (ОПК-6)
	✓ психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся (ОПК-5)
	✓ факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности (ОПК-7)
	✓ организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта (ОПК-5, ОПК-6)
	✓ историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения (ОПК-11)
	✓ основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта (ОПК-8)
	✓ санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-7)
	✓ историю, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры (ОПК-3)
	✓ способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса (ОПК-11)
Уметь:	✓ использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для воспитания патриотизма и любви к Отечеству, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях (ОК-8)
	✓ организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)
	✓ планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ

	<p>физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся (ОПК-3, ОПК-5, ОПК-6)</p>
	<p>✓ аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида физкультурно-спортивной деятельности, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать мотивации у населения для занятий избранным видом спорта (ОПК-6)</p>
	<p>✓ определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития (ОПК-5)</p>
	<p>✓ использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий (ОПК-7)</p>
	<p>✓ оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий (ОПК-7)</p>
	<p>✓ уметь критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся (ОПК-5)</p>
	<p>✓ организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования (ОПК-8)</p>
	<p>✓ определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ОПК-7)</p>
	<p>✓ организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)</p>
	<p>✓ использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий (ОПК-11)</p>
	<p>✓ использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий (ОПК-11)</p>
	<p>✓ использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся (ОПК-11)</p>
Владеть:	<p>✓ способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (ОПК-3)</p>
	<p>✓ Опытном определении медико-биологических, психологических и санитарно-гигиенических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС (ОПК-3, ОПК-7)</p>
	<p>✓ способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды (ОПК-6)</p>
	<p>✓ Современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида (ОПК-5)</p>
	<p>✓ техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов (ОПК-3, ОПК-7)</p>
	<p>✓ способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта (ОПК-3)</p>
	<p>✓ Навыками судейства (ОПК-8)</p>

✓	методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)
✓	навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники (ОПК-11)
✓	методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом (ОПК-11)

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов/ з.е.	Семестры					
		1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й
Аудиторные занятия (всего)	344*	64	80	64	80	56	
В том числе:							
Лекции	24	4	6	4	6	4	
Семинары	42	8	10	6	10	8	
Практические занятия	278	52	64	52	64	46	
Самостоятельная работа (всего)	196	10	62	22	50	52	
В том числе:							
Конспекты практических занятий	14		8		6		
Составление планов и тренировочных программ	4		4				
Проведение педагогических наблюдений	4		4				
Написание реферата	10		10				
Подготовка курсовой работы	36			12	8	16	
Подготовка к зачетам и экзаменам	128	10	36	10	36	36	
Общая трудоёмкость часы	540	74	142	84	130	110	
зачётные единицы	15		6		6		3

ПРИМ.: * - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (74 часа)

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Аудиторная работа	80	12	12	14	12	8	6	6	10
В том числе:									
Практические занятия (ПЗ)	34	4 2- в инт	6 2-в инт	8 2 – в инт	6	6 2 – инт	2 Инт.		2
Семинары (С)	30	8 2 инт	6	6	6	2	4	6 2- инт	6 2 –

									ИНТ
СРС	460	78	78	78	76	48	46	28	28
В том числе:									
Курсовая работа	80				10	10		8	8
Контрольная работа		-	20	-	20	20	10		10-
Рефераты,		10	14		8	8			
Доклады		12	18						
Подг. к контр. работе		8	8	8	8				
Изучение теоретич. материала		28	28	14	20	20		20	
Подготовка к зачету			10		10				
Подготовка к экзамену				36			36		
Вид промежуточной аттестации			зачёт мен	экзамен	зачёт мен		экзамен		зачёт
Общая трудоёмкость	15		5		5		3		2
Часы	540	68	70	72	70	66	64	64	66

ПРИМ.: *-ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (16 часов)