

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

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки  
**49.03.01 – Физическая культура**

Квалификация - Бакалавр  
Форма обучения – очная/заочная

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

### **1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Рабочая программа учебной дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (атлетизм)» составлена в соответствии с учебным планом подготовки 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 является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта – (атлетизм)» 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.

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

- осуществлять обучение и воспитание занимающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;
- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, 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 ОПОП:

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (атлетизм)» относится к Блоку 1, вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3- 4 курсах по очной форме обучения, на 3-5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет, экзамен. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: экономике ФКиС, социологии ФК, естественно-научным основами ФК, анатомии человека, биохимии человека, физиологии человека, теории и методике ФК, теории и методике обучения базовым видам спорта, спортивной метрологии, профилактика наркомании средствами ФКиС,

### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие профессиональные компетенции (ПК):

**ПК-8** – 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-9** – Способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции

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

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

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

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

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

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

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

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Специфику современных методик отбора и спортивной ориентации в ИВС (ПК-8,10)</li> <li>✓ Основные антропометрические, физиологические, психологические параметры, показатели физического развития и физической подготовленности индивида, определяющие успешность в ИВС (ПК-10)</li> <li>✓ Основы построения и прогнозирования форм планирования и построе-</li> </ul>
--------	--

	<p>ния программ в сфере детско-юношеского спорта (ПК-9,11)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Структуру (форма и содержание) и методы планирования тренировочной и соревновательной работы в массовых разрядах (ПК-11)</li> <li>✓ Критерии эффективности выполнения упражнений и способы исправления ошибок (ПК-11)</li> <li>✓ Закономерности развития спортивной формы (ПК-13)</li> </ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Разрабатывать документы перспективного, текущего оперативного планирования для занятий у различных возрастных групп массовых разрядов (ПК-11)</li> <li>✓ Разрабатывать оперативные планы и вносить коррективы с учетом результатов контроля (ПК-11)</li> <li>✓ Использовать контрольные нормативы характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов массовых разрядов (ПК-11)</li> <li>✓ Определять показатели физической, технической, тактической подготовленности, обуславливающие достижения результата в ИВС на уровне запланированного (ПК-13)</li> <li>✓ Формулировать цели и задачи исследования на основе передовых знаний в изучаемой области (ПК-28,29)</li> <li>✓ Ориентироваться в информационной среде, касающейся вопросов теории и практики ФКиС (ПК-30)</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида (ПК-8,10)</li> <li>✓ Опытном самостоятельно проводить тренировочные занятия по ИВС (ПК-8)</li> <li>✓ Приемами коррекции физического состояния человека в процессе подготовки в ИВС (ПК-13)</li> <li>✓ Опытном обобщения и анализа информации (ПК-28,29,30)</li> </ul>

### 1.5. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры		
		6	7	8
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>270</b>	<b>108</b>	<b>66</b>	<b>96</b>
В том числе:				
Лекции	26	8*	10*	8*
Семинары	22	8	6*	8*
Практические занятия	222	92	50	80
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>270</b>	<b>108</b>	<b>78</b>	<b>84</b>
В том числе:				
Тесты	24	10	10	4
Деловая игра	8	4	4	
Реферат	20	10	10	
Подготовка к теоретическим занятиям	162	74	44	44
Подготовка к зачёту	20	10	10	
Подготовка к экзамену	36			36
Вид промежуточной аттестации (зачет)		3	3	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)				9
Общая трудоемкость				
<b>часы</b>	<b>540</b>	<b>216</b>	<b>144</b>	<b>180</b>

Зачетные единицы	15	6	9
------------------	----	---	---

\*В том числе– 32 часа интерактивных занятий.

**заочная форма обучения**

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		6	7	8	9
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>56</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>20</b>
В том числе:					
Лекции					
Семинары	56	12*	12*	12	20*
Практические занятия					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>484</b>	<b>96</b>	<b>96</b>	<b>96</b>	<b>196</b>
В том числе:					
Тесты	24	4	12	8	
Деловая игра	32	6	18	8	
Реферат	48	10	18	10	10
Подготовка к теоретическим занятиям	274	66	18	60	130
Выполнение контрольной работы	40		20		20
Подготовка к зачёту	30	10	10	10	
Подготовка к экзамену	36				36
Контрольная работа			к		к
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачёт	зачёт	зачёт	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)					экзамен
Общая трудоемкость					
часы	<b>540</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>216</b>
Зачетные единицы	15	3	6	6	6

\*В том числе – 10 часов интерактивных занятий.