

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

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 (велосипедный спорт)» составлена в соответствии с учебным планом подготовки академических *бакалавров* по направлению 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:**

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

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

*Педагогическая деятельность:*

- решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;

- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

*Организационно-управленческая деятельность:*

- 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;

*Тренерская деятельность:*

- 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 видам спорта;

*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 опробованных методик;

- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований

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

Дисциплина относится к Блоку 1 вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсе по очной форме обучения, на 3, 4 и 5 курсе по

заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: **зачет – на 6 и 7 семестрах, экзамен – на 8 семестре очной формы обучения; зачёт – 6,7,8 семестрах и экзамен – 9 семестр на заочной форме обучения.** Для успешного освоения дисциплины, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: анатомия человека, биомеханика двигательной деятельности, биохимия человека, физиология человека, история физической культуры, теория и методика физической культуры, теория и методика избранного вида спорта.

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

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**профессиональными (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 построения программ в сфере детско-юношеского спорта (ПК-9,11)</li><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></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Опытом самостоятельно проводить тренировочные занятия по ИВС (ПК-8)</li> <li>✓ Приемами коррекции физического состояния человека в процессе подготовки в ИВС (ПК-13)</li> <li>✓ Опытом обобщения и анализа информации (ПК-28,29,30)</li> </ul>
--	---

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

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры		
			6-й	7-й	8-й
<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	12 *	6 *	8 *
Практические занятия		222	88*	50 *	80 *
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>		<b>270</b>	<b>108</b>	<b>78</b>	<b>84</b>
В том числе:					
Тесты		38	16	12	10
Составление планов и тренировочных программ		28	16	12	
Контрольные работы		30	18	12	
Написание реферата		28	12	10	6
Судейство соревнований		32	12	10	10
Подготовка квалификационной работы		58	24	12	22
Подготовка к зачетам и экзаменам		56	10	10	36
Вид промежуточной аттестации			зачет	зачет	экзамен
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>540</b>	<b>216</b>	<b>144</b>	<b>180</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>15</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

Прим.: \* - интерактивные часы 32 часа

#### *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		48	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		58	14	10	14	20
Составление планов и тренировочных программ		100	22	14	22	42
Контрольные работы		52		20		32
Написание реферата		68	24	20	24	
Судейство соревнований		44	12	10	12	10
Подготовка квалификационной работы		96	14	12	14	56
Подготовка к зачетам и экзаменам		66	10	10	10	36
Вид промежуточной аттестации			зачет	зачет	зачет	экзамен
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>540</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>216</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>6</b>		<b>6</b>

Прим.: \* - интерактивные часы 10 часов