

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

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 Б1.В.01 «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (настольный теннис)» 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 освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта – (настольный теннис)» 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:

*педагогическая деятельность:*

- решать педагогические задачи в рамках образовательных 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 учётом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных 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;

*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 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 своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль обучающихся;

*организационно-управленческая деятельность:*

- 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 обучающихся в процессе занятий;

*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;

- 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 (настольный теннис)» относится к Блоку 1, вариативной части (Б1.В.01). 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: зачёт (6,7 семестр – очно; 6,7,8 семестр - заочно), экзамен (8 семестр – очно; 9 - заочно). Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: профилактика наркомании средствами ФКиС, правовые основы профессиональной деятельности, экономика ФКиС, менеджмент ФКиС, социология ФК, биомеханика двигательной деятельности, биохимия человека, физиология человека, анатомия человека, информационные технологии в ФКиС, естественно-научные основы ФКиС, спортивная метрология.

### **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 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> <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		
		VI	VII	VIII
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>270</b>	<b>108</b>	<b>66</b>	<b>96</b>
В том числе:	-	-	-	-
Лекции	28	10	10	8
Практические занятия (ПЗ)	214	88	46	80
Семинары (С)	28	10	10	8
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>270</b>	<b>108</b>	<b>78</b>	<b>84</b>
В том числе:				
Реферат	30	10	10	10
Изучение теоретического материала	124	68	34	22
Составление конспектов, планов, программ	30	10	10	10

Подготовка к аудиторной контрольной работе (тестированию)	30	10	14	6
Подготовка к промежуточной аттестации	56	10	10	36
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		3	3	э
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>540</b>	<b>216</b>	<b>144</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>15</b>	<b>6</b>	<b>9</b>

\*В том числе – 32 часа интерактивных занятий.

**заочная форма обучения**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		VI	VII	VIII	IX
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>56</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>20</b>
В том числе:	-	-	-	-	-
Семинары (С)	56	12	12	12	20
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>484</b>	<b>96</b>	<b>96</b>	<b>96</b>	<b>196</b>
В том числе:					
Реферат	-	-	-	-	-
Изучение теоретического материала	298	66	46	66	120
Составление конспектов, планов, программ	40	10	10	10	10
Подготовка к аудиторной работе (тестированию)	40	10	10	10	10
Выполнение контрольной работы	40		20		20
Подготовка к промежуточной аттестации	66	10	10	10	36
Контрольная работа			к		к
Вид промежуточной аттестации (зачёт, экзамен)		з	з	з	э
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>540</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
	<b>зачётные единицы</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>6</b>

\*В том числе – 10 часов интерактивных занятий.