

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине  
«Профессионально-спортивное совершенствование» (кикбоксинг)  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль подготовки:

**Антидопинговое обеспечение в спорте**

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование» (кикбоксинг) 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 (модуля) является приобретение 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:

*тренерская деятельность:*

- 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;
- обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния обучающихся.

*организационно-управленческая деятельность:*

- организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;
- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.

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

Дисциплина относится к Блоку 1, *вариативной* части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на I - IV курсах по очной форме обучения, на I-V курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет, дифференцированный зачет*.

Для успешного освоения дисциплины требований к входным знаниям, умениям и компетенциям студента, полученных в структуре данной ОПОП нет.

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

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

*а) профессиональные (ПК):*

- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

- способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

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

Знать:	✓ технику движений, технико-тактические действия, средства выразительности в ИВС (ПК-14)
Уметь:	✓ совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий (ПК-14) ✓ сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15) ✓ оценивать процесс и результаты спортивной деятельности (ПК-15)
Владеть:	✓ техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности в ИВС (ПК-14) ✓ опытом осуществления самоконтроля (ПК-15)

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

##### очная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры								
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>582</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	<b>48</b>	<b>48</b>	<b>64</b>	<b>98</b>	
Практические занятия (ПЗ)	582	64	98	64	98	48	48	64	98	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>66</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	
В том числе:										
Подготовка к тестированию		8		8		6		8		
Подготовка к зачёту			10		10		6		10	
Вид промежуточной аттестации: (з - зачет)			3		3		3		Дифф. зачет	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>678</b>	<b>72</b>	<b>108</b>	<b>72</b>	<b>108</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>72</b>	<b>108</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>		

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (130 ЧАСОВ)

##### заочная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>56</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
Практические занятия (ПЗ)	56	10	10	6	6	4	4	4	4	8	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>592</b>	<b>62</b>	<b>62</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	
В том числе:											
Подготовка реферата		10	10	10	10	10	10		10	10	
Подготовка к проведению фрагмента занятия		12	8	16	14	8	10	10		10	
Изучение теоретического материала		12		16	12	14	14	10	10	12	
Выполнение письменного домашнего задания		20	12	18	18	16	16	10	14	28	
Подготовка к тестированию		8	2	6	2		8		6	10	
Подготовка контрольной работы			20			20		20		20	
Подготовка к зачёту			10		10		10		10	10	
Вид промежуточной аттестации: (к – контрольная) (з - зачет)			к/з		з	к	з	к	з	к/ Дифф. зачет	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>648</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>108</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (14 ЧАСОВ)