

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**  
**(ЛЫЖНЫЙ 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 «Профессионально-спортивное совершенствование» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по программе 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:

*педагогическая деятельность:*

осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

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

*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;

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:*

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

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

Дисциплина относится к вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах по очной форме обучения, на 1-5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *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:

**Профессиональные:**

**ПК-14** - Способен совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеет в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

**ПК-15** – способен осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	технику движений, технико-тактические действия в ИВС – ПК-14
Уметь:	совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий – ПК-14
Владеть:	техникой движений, технико-тактическими действиями в ИВС – ПК-15

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

*очная форма обучения*

Вид учебной работы по видам спорта	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего)	582	64	98	64	98	48	48	64	98
Практические занятия (всего)	582	64	98	64	98	48	48	64	98
Самостоятельная работа (всего)	66	8	10	8	10	6	6	8	10
Подготовка к тестированию		8		8		6		8	
Подготовка к зачету			10		10		6		10
Вид промежуточной аттестации (зачет)			3		3		3		Дифф. Зачет
Общая трудоемкость	648	72	108	72	108	54	54	72	108
Зачетные единицы	18	5		5		3		5	

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (130 ЧАСОВ)

*заочная форма обучения*

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры								
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
Аудиторные занятия (всего)	56	10	10	6	6	4	4	4	4	8
Практические занятия (ПЗ)	56	10	10	6	6	4	4	4	4	8
Самостоятельная работа (всего)	592	62	62	66	66	68	68	50	50	100
В том числе:										
Подготовка реферата		10	10	10	10	10	10	10	10	10
Подготовка к проведению фрагмента занятия		12	8	16	14	8	10	20	8	16
Изучение теоретического материала		12	10	16	12	14	14	24	16	16
Выполнение письменного домашнего задания		20	12	18	18	16	16	14	12	20
Подготовка к тестированию		8	2	6	2		8	8	6	8
Подготовка контрольной			20			20		20		20

<i>работы</i>											
<i>Подготовка к зачёту</i>						10		10		10	
Вид промежуточной аттестации: (к – контрольная) (з - зачет)				к/з		з	к	з	к	з	
<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>3</b>		<b>3</b>