

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ТЕХНОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**  
**(РЕГБИ)**

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 «Технология спортивной тренировки в ИВС» (регби) 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 освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области технологии спортивной тренировки 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:*

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;

осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);

- *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;

- *организационно-управленческая деятельность:*

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

- *научно-исследовательская деятельность:*

осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований.

- *культурно-просветительская деятельность:*

проводить пропагандистские и информационные кампании по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, поддержание работоспособности, активного долголетия, привлечения детей и молодежи к занятиям спорта.

### **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:	<p>Основы построения и прогнозирования форм планирования и построения программ в сфере детско-юношеского спорта (ПК-11).</p> <p>Структуру (форма и содержание) и методы планирования тренировочной и соревновательной работы в массовых разрядах (ПК-11).</p> <p>Специфику современных методик отбора и спортивной ориентации в ИВС (ПК-10).</p> <p>Возрастные особенности тренировки (ПК-12)</p> <p>Понятия средств и методов управления состоянием человека на занятиях по ИВС (ПК-13)</p> <p>Основные технологии педагогического контроля и коррекции в тренировочной деятельности в регби (ПК-13)</p>
Уметь:	<p>Разрабатывать документы перспективного, текущего и оперативного планирования для занятий у различных возрастных групп массовых разрядов (ПК-11).</p> <p>Формировать цели, задачи, подбирать адекватные методы и средства в зависимости от возраста, пола и подготовленности занимающихся, в сфере детско-юношеского спорта (ПК-11).</p> <p>Применять современные методы отбора и спортивной ориентации в регби (ПК-10)</p>

	<p>Применять различные тренировочные приемы с учетом их эффективности на занятиях в регби (ПК-12)</p> <p>Определять показатели физической, технической, тактической подготовленности, обуславливающие достижения результата в регби на уровне запланированного (ПК-13)</p> <p>Реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10)</p> <p>Выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);</p> <p>Применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-29);</p> <p>Проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).</p> <p>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-8).</p> <p>Формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9).</p>
Владеть:	<p>Практическими умениями разрабатывать и оформлять содержание перспективных и оперативных планов и программ с использованием специальной терминологии в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов (ПК-11)</p> <p>современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида (ПК-10)</p> <p>Методиками педагогического контроля в регби (ПК-13)</p>

### 1.5. ОБЪЕМ 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	64	20	20	24
Деловая игра	14	8	6	
Реферат	30	20	10	
Подготовка к теоретическим занятиям	92	40	32	20
Подготовка к зачёту	30	20	10	
Подготовка к экзамену	40			40
Вид промежуточной аттестации (зачет)		3	3	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)				э
<b>Общая трудоемкость</b>				
часы	<b>540</b>	<b>216</b>	<b>144</b>	<b>180</b>

Зачетные единицы	<b>15</b>	<b>6</b>	<b>9</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					
Практические занятия	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:					
Тесты	22	4	4	4	10
Деловая игра	30	6	6	6	12
Реферат	50	10	10	10	20
Подготовка к теоретическим занятиям	246	56	46	56	88
Выполнение контрольной работы	50		20		30
Подготовка к зачёту	50	20	10	20	
Подготовка к экзамену	36				36
Контрольная работа			к		к
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачёт	зачёт	зачёт	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)					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>	<b>6</b>

Прим.: \* - интерактивные часы 6 часов