

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ТЕХНОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА
(СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ)

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 избранном виде спорта: спортивный туризм» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению 49.03.01 Физическая культура в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением 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:

Результатом 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:

Тренерская деятельность:

- способствовать формированию личности в процессе занятий избранным видом спорта, её приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- 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 состояния занимающихся.

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 «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (спортивный туризм) относится к **Блоку 1 вариативной** части ОПОП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается в 6 семестре 3 курса и на 4 курсе по очной форме обучения, и в 6,7,8,9 семестрах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *(зачет, экзамен)*.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: Анатомия человека, Физиология человека, Биомеханика двигательной деятельности.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Профессиональные (ПК) : ПК-8; ПК-9; ПК-10; ПК-11; ПК-13; ПК-28; ПК-29; ПК-30.

Способность 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;**

Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видам спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции **ПК- 9;**

Способность реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся **ПК -10;**

Способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта **ПК-11;**

Способность использовать актуальные для избранного спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию **ПК-13;**

Способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта **ПК-28;**

Способность применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы **ПК-29;**

Способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности **ПК-30.**

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

| | |
|--------|---|
| Знать: | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Специфику современных методик отбора и спортивной ориентации в ИВС (ПК-8, ПК-10) ✓ Основные антропометрические, физиологические, психологические параметры, показатели физического развития и физической подготовленности индивида, определяющие успешность в ИВС (ПК-10) ✓ Основы построения и прогнозирования форм планирования и построения программ в сфере детско-юношеского спорта (ПК-9, ПК-11) ✓ Структуру (форма и содержание) и методы планирования тренировочной и соревновательной работы в массовых разрядах (ПК-11) ✓ Критерии эффективности выполнения упражнений и способы исправления ошибок (ПК-13) ✓ Закономерности развития спортивной формы (ПК-13) |
| Уметь: | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Разрабатывать документы перспективного, текущего оперативного планирования для занятий у различных возрастных групп массовых разрядов (ПК-11) ✓ Разрабатывать оперативные планы и вносить коррективы с учетом результатов контроля (ПК-11) ✓ Использовать контрольные нормативы характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов массовых разрядов (ПК-11) |

| | |
|----------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Определять показатели физической, технической, тактической подготовленности, обуславливающие достижения результата в ИВС на уровне запланированного (ПК-13) ✓ Формулировать цели и задачи исследования на основе передовых знаний в изучаемой области (ПК-28, ПК-29) ✓ Ориентироваться в информационной среде, касающейся вопросов теории и практики ФКиС (ПК-30) |
| Владеть: | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида (ПК-8, ПК-10) ✓ Опытном самостоятельно проводить тренировочные занятия по ИВС (ПК-8) ✓ Приемами коррекции физического состояния человека в процессе подготовки в ИВС (ПК-13) ✓ Опытном обобщения и анализа информации (ПК-28, ПК-29, ПК-30) |

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | | |
|---|-------------|------------|------------|------------|
| | | 6 | 7 | 8 |
| Аудиторные занятия (всего) | 270 | 108 | 66 | 96 |
| В том числе: | - | - | - | - |
| Лекции | 12 | 4 | 4 | 4 |
| Семинары (С) | 16 | 6 | 6 | 4 |
| Практические занятия (ПЗ) | 242 | 98 | 56 | 88 |
| Самостоятельная работа (всего) | 270 | 108 | 78 | 84 |
| В том числе: | - | - | - | - |
| Составление планов и тренировочных программ | 28 | 16 | 8 | 4 |
| Тесты | 30 | 10 | 10 | 10 |
| Судейство соревнований | 26 | 16 | 6 | 4 |
| Реферат | 24 | 10 | 8 | 6 |
| Контрольная работа | 22 | 10 | 6 | 6 |
| Курсовой работа | 64 | 26 | 20 | 18 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет) | 40 | 20 | 20 | |
| Вид промежуточной аттестации (экзамен) | 36 | | | 36 |
| Общая трудоемкость | | | | |
| часы | 540 | 216 | 144 | 180 |
| зачетные единицы | 15 | 6 | | 9 |

*32 часа интерактивно

заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | | | |
|---------------------------------------|-------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| | | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Аудиторные занятия (всего) | 56 | 12 | 12 | 12 | 20 |
| В том числе: | | | | | |
| Семинары (С) | 56 | 12 | 12 | 12 | 20 |
| Практические занятия (ПЗ) | - | - | - | - | - |
| Самостоятельная работа (всего) | 484 | 96 | 96 | 96 | 196 |
| В том числе: | | | | | |
| Изучение теоретического материала | 34 | 8 | 6 | 10 | 10 |
| Подготовка к текущим контролям | 61 | 16 | 12 | 17 | 16 |
| Анализ литературы | 54 | 14 | 10 | 14 | 16 |
| Работа с интернет ресурсами | 41 | 12 | 8 | 5 | 16 |

| | | | | | | |
|---|------------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| Самостоятельное изучение тем дисциплины | 74 | 16 | 12 | 20 | 26 | |
| Совершенствование техники | 78 | 20 | 18 | 20 | 20 | |
| Контрольная работа | 40 | | 20 | | 20 | |
| Курсовой работа | 36 | | | | 36 | |
| Вид промежуточной аттестации (зачет) | 30 | 10 | 10 | 10 | | |
| Вид промежуточной аттестации (экзамен) | 36 | | | | 36 | |
| Общая трудоемкость | часы | 540 | 108 | 108 | 108 | 216 |
| | Зачетные единицы | 15 | 3 | | 6 | 6 |

* 10 часов интерактивно