

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине  
«Теория и методика избранного вида спорта (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 «Теория и методика избранного вида спорта (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:*

- Способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, её приобщением 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 к 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 обучающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;
- 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;

*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 обучающихся, обработки результатов исследований и решения других практических задач.

### 1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1, *базовой* части, Б.1.Б.27 - ТиМ ИВС (Теория и методика избранного вида спорта). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах по очной форме обучения, на 1-4 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет (1,3 семестр – очно; 1,3,5,7 семестр - заочно), экзамен (2,4,5 семестр – очно; 2,4,6,8 семестр - заочно). 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) общекультурные (ОК):**

Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);

**б) общепрофессиональные (ОПК):**

Способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

Способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

Способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

Способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7);

Способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

Способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

**в) профессиональные (ПК):**

Способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);

Способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	✓ истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта (ОК-8, ОПК-6)
	✓ историю, теорию и методику избранного вида спорта (ОПК-6)
	✓ функции психики, основные потребности человека, эмоции и чувства, мотивацию поведения и деятельности, социально-психические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей (ОПК-6)
	✓ психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся (ОПК-5)
	✓ факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности (ОПК-7)
	✓ санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-7)
	✓ историю, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры (ОПК-3)
	✓ способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса (ОК-8, ОПК-3)
Уметь:	✓ планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических,

	санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся (ОК-8, ОПК-3,5,7)
	✓ аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида физкультурно-спортивной деятельности, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать мотивации у населения для занятий избранным видом спорта (ОПК-8, ПК-9)
	✓ определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития (ОПК-5)
	✓ использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий (ОПК-7)
	✓ определять способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса (ОК-8, ОПК-3,5,7)
	✓ критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся (ОПК-5,6)
	✓ организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования (ОПК-8, ПК-11)
	✓ определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ОПК-7)
	✓ организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)
	✓ использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий (ОПК-6)
	✓ использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся (ОПК-11)
Владеть:	✓ способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (ОПК-3,4)
	✓ опытом определения медико-биологических, психологических и санитарно-гигиенических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС (ОПК-7)
	✓ современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития индивида (ОК-8, ОПК-3,5)
	✓ техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов (ОК-8, ОПК-5)
	✓ способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта (ОПК-8)
	✓ навыками судейства (ОПК-8)
	✓ методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)
	✓ навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники (ОПК-11)
	✓ методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом (ОПК-11)

## 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

### очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры					
		1	2	3	4	5	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>520</b>	<b>88</b>	<b>144</b>	<b>88</b>	<b>144</b>	<b>56</b>	
В том числе:							
Лекции	24*	6	4	4	6	4	
Семинары	42*	8	10	8	10	6	
Практические занятия	454*	74	130	76	128	46	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>236</b>	<b>56</b>	<b>36</b>	<b>56</b>	<b>36</b>	<b>52</b>	
В том числе:							
<i>Опрос</i>	36			20		16	
<i>Письменное задание</i>	8	8					
<i>Тесты</i>	50	30		20			
<i>Деловая игра</i>	2			2			
<i>Реферат</i>	8	4		4			
<i>Контрольная работа</i>	4	4					
Вид промежуточной аттестации (зачет)	20	10		10			
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	108		36		36	36	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>756</b>	<b>144</b>	<b>180</b>	<b>144</b>	<b>180</b>	<b>108</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>21</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		<b>3</b>

ПРИМ.: \*ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (74 часа)

### заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>96</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
В том числе:										
Лекции										
Семинары	96*	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Практические занятия										
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>660</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>114</b>	<b>78</b>	<b>78</b>
В том числе:										
<i>Тесты</i>	35	10	3	10		10	2			
<i>Деловая игра</i>	23	10	3	10						
<i>Реферат</i>	24	8	3	8					5	
<i>Подготовка к теоретическим занятиям</i>	258	20	10	20	22	48	56	60	22	
<i>Подготовка к зачёту</i>	40	10		10		10		10		
<i>Выполнение письменного домашнего задания</i>	56	20	3	20		10		3		
<i>Подготовка к экзамену</i>	144		36		36		36		36	
<i>Выполнение контрольной работы</i>	80		20		20		20		20	
<i>Контрольная работа</i>			к		к		к		к	
Вид промежуточной аттестации (зачет)		з		з		з		з		
Вид промежуточной аттестации (экзамен)			э		э		э		э	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>756</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>126</b>	<b>90</b>	<b>90</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>21</b>	<b>5</b>		<b>5</b>		<b>6</b>		<b>5</b>	

ПРИМ.: \*ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (16 часов)