

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА
(ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА)

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 «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» 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 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 направлению 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, ее 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 относится к Блоку 1, вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах по очной форме обучения, на 3, 4 и 5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет – 6,7 (очно) 6,7,8 (заочно) семестры; экзамен – 8 (очно), 9 (заочно) семестры*. 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: *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:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Технологии тренировки в ИВС со спортсменами высокого класса (ПК-8) ✓ Специфику современных методик отбора и спортивной ориентации в ИВС (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 спорте высших достижений (ПК-11) ✓ Структуру (форма и содержание) и методы планирования тренировочной и соревновательной работы для спортсменов высокого класса (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"> ✓ Воспитывать у спортсменов высокого класса моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9) ✓ Разрабатывать документы перспективного, текущего оперативного планирования для занятий у спортсменов высокого класса (ПК-11,28)

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Разрабатывать оперативные планы и вносить коррективы с учетом результатов контроля (ПК-11) ✓ Использовать контрольные нормативы, характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов высокого класса (ПК-11,29) ✓ Определять показатели физической, технической, тактической подготовленности, обуславливающие достижения результата в ИВС на уровне запланированного (ПК-13)
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Современными методами педагогического контроля, методиками определения антропометрических, физиологических и психологических параметров, физического развития спортсмена (ПК-10,30) ✓ Опытом самостоятельно проводить тренировочные занятия по ИВС со спортсменами высокого класса (ПК-13) ✓ Приемами коррекции физического состояния человека в процессе подготовки в ИВС (ПК-13)

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	26	8*	10*	8*	
Семинары	22	8	6*	8*	
Практические занятия	222	92	50	80	
Самостоятельная работа (всего)	270	108	78	84	
В том числе:					
Тесты	24	10	10	4	
Деловая игра	8	4	4		
Реферат	20	10	10		
Подготовка к теоретическим занятиям	60	20	20	20	
Подготовка к проведению фрагмента занятия	48	20	14	14	
Анализ видеоматериалов	54	34	10	10	
Подготовка к зачёту	20	10	10		
Подготовка к экзамену	36			36	
Вид промежуточной аттестации (зачет)		3	3		
Вид промежуточной аттестации (экзамен)				Э	
Общая трудоемкость	часы	540	216	144	180
	Зачетные единицы	15	6	4	5

Прим.: * - интерактивные часы 32 часа

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		6	7	8	9
Аудиторные занятия (всего)	56	12	12	12	20
В том числе:					
Лекции					
Семинары	56	12	12	12	20
Практические занятия					
Самостоятельная работа (всего)	484	96	96	96	196

В том числе:						
Тесты		44	4	12	8	20
Деловая игра		30	6	6	8	10
Реферат		44	10	10	14	10
Подготовка к теоретическим занятиям		86	20	20	20	26
Выполнение контрольной работы		40		20		20
Подготовка к зачёту		30	10	10	10	
Подготовка к экзамену		36				36
Квалификационная работа		174	46	18	36	74
Контрольная работа				к		к
Вид промежуточной аттестации (зачет)			зачет	зачёт	зачёт	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)						экзамен
Общая трудоемкость	Часы	540	108	108	108	216
	Зачетные единицы	15	3	6		6

Прим.: * - интерактивные часы 10 часов