

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА
(КОНЬКОБЕЖНЫЙ 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 «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 (вариативного модуля) является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области конькобежного 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:

тренерская деятельность:

- Способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий конькобежным спортом, её приобщением к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- Осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижения 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 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 апробированных методик;
- Осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- Использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся, обработки результатов исследования и решения других практических задач.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится **Блоку 1, вариативной части**. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 - 4 курсах по очной форме обучения, на 3,4 и 5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачеты и экзамены. Для

успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: естественно-научные основы ФК; анатомия человека; психология; педагогика, биомеханика двигательной деятельности; биохимия человека; физиология человека.

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"> - сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы, определяющие конкретную область своей будущей профессии, их взаимосвязь в системе (ПК-8, ПК-28); - планировать различные формы занятий с учётом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогического основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся (ПК-10, ПК-11); - организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в конькобежном спорте (ПК-11); - федеративные и нормативные документы органов управления в сфере конькобежного спорта (ПК-8); - технику безопасности, приёмы страховки и самостраховки занимающихся при занятиях конькобежным спортом (ПК-11).
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития (ПК-9, ПК-10); - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приёмы и средства их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ПК-11, ПК-13); - использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процессе занятий (ПК-10, ПК-13);

	<ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования (ПК-11); - организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в области конькобежного спорта (ПК-29, ПК-30); - использовать в учебно-тренировочной деятельности актуальные приёмы обучения, воспитания, разнообразные формы занятий с учётом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья (ПК-10, ПК-28); - подбирать средства и методы адекватные поставленным задачам (ПК-28); - использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных мероприятий (ПК-11).
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - различными средствами коммуникации в области конькобежного спорта (ПК-28); - приёмами объяснения и демонстрации основ техники скоростного бега на коньках, а также стилей бега на коньках (ПК-10, ПК-11); - способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок (ПК-13); - навыками рационального использования специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники (ПК-29, ПК-30).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		6	7	8	
Раздел «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта»					
Аудиторная работа	270	108	66	96	
Лекции	44	26	10	8	
Практические занятия (ПЗ)	172	64*	36*	72*	
Семинары (С)	54	18	20	16	
СРС	270	108	78	84	
Расчетно-графические работы	14	8	6		
Рефераты, доклады	10	10			
Подготовка к текущим контролям	30	10	10	10	
Самостоятельное изучение теоретического материала, не вошедшего в аудиторные занятия	57	25	12	20	
Подготовка к аудиторным занятиям	65	25	20	20	
Подготовка к контрольной работе	24	10	10	4	
Подготовка к промежуточному контролю	70	20	20	30	
Вид промежуточной аттестации		зачёт	зачёт	экзамен	
Общая трудоёмкость	Часы	540	216	144	180
	З.е.	15	3	9	

Интерактивных занятий* – 32 часа.

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		6	7	8	9
Аудиторная работа	56	12	12	12	20
Лекции (Л)					
Семинары (С)	56	12	12	12	20
Практические (П)					
Самостоятельная работа	484	96	96	96	196
Рефераты, доклады	52	22	10	20	
Контрольная работа	40		20		20

Подготовка к текущим контролям	106	22	18	20	46	
Подготовка к аудиторным занятиям	106	22	18	22	44	
Подготовка к промежуточной аттестации	66	10	10	10	36	
Самостоятельное изучение тем	114	20	20	24	50	
Вид промежуточной аттестации:		зачёт	зачёт	зачёт	экзамен	
Общая трудоемкость	Часы	540	108	108	108	216
	З.е.	15	3		6	6

Интерактивных занятий* - 10 часов.

