

Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.В.3 Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта
Лыжный спорт

Цель изучения дисциплины	Целью освоения дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» является формирование профессиональной компетентности будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта, предоставление объема соответствующей информации, теоретических знаний, практических умений и навыков, необходимых для подготовки тренеров-преподавателей по лыжному спорту которые будут использованы для работы в различных структурных звеньях системы физического воспитания. Формировать устойчивый интерес к профессии, потребности в углубленном изучении теоретико-методических основ лыжного спорта, повышении профессиональной компетентности за счет самосовершенствования, самовоспитания, саморазвития.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.3
Формируемые компетенции	ОПК-3,11; ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-29
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальные направления, тенденции и вопросы развития лыжного спорта - цель, задачи, содержание подготовки лыжников на разных этапах подготовки, в разные периоды годового цикла подготовки; - понятие об индивидуализации подготовки лыжников; - цель, задачи, средства, методы, этапы отбора и ориентации в лыжном спорте; - понятие и содержание моделирования и прогнозирования в лыжном спорте; - понятие и содержание планирования, контроля и учета тренировочной и соревновательной деятельности лыжников гонщиков; - значение, средства и методы восстановления спортивной работоспособности в лыжном спорте; - содержание психологической подготовки по этапам подготовки; - основные изменения в правилах лыжного спорта; - актуальные направления исследований в лыжном спорте; - содержание методики организации и проведения педагогических исследований. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности; - использовать в профессиональной деятельности актуальные и целесообразные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий; - разрабатывать комплексы упражнений, конспекты учебно-тренировочных занятий по лыжным гонкам; - критически оценивать и корректировать собственную

профессиональную деятельность;

- выполнять обязанности судей и секретарей во время соревнований по лыжным гонкам, фиксировать результаты во время соревнований;
- анализировать и цитировать научную и учебно-методическую литературу, научные публикации;
- организовать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности;
- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- представлять доклады и результаты исследований с помощью технических средств и компьютерных программы;
- проводить спортивный отбор и ориентацию с использованием современных технологий определения способности к занятиям лыжным спортом;
- 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

Владеть:
необходимым уровнем физической и технико-тактической подготовленности;
техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов;
специальной спортивной и гандбольной терминологией и профессиональной лексикой;
разнообразными средствами и методами для развития общих и специальных физических качеств лыжников;
методикой обучения техническим приемам в лыжном спорте, методикой предупреждения, выявления и исправления ошибок в технике;
методикой и технологией обучения тактическим действиям и взаимодействиям в лыжном спорте;
методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (методами и методиками по оценке уровня физической и технико-тактической подготовленности, физического развития и функционального состояния, психологической подготовленности лыжников);
методиками проведения спортивного отбора и ориентации;
методиками оценки уровня развития психических процессов, оценки стартовых состояний;
методами планирования, контроля, учета;
методиками и средствами восстановления спортивной

	<p>работоспособности; методикой и механикой судейства в лыжных гонках; методикой ведения судейской документацией во время соревнований по лыжному спорту; навыками самостоятельной работы с учебно-методической и научной литературой, периодическими изданиями; методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, в избранном виде спорта приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом, избранным видом спорта; навыками работы на персональном компьютере; методами самоконтроля.</p>
Содержание дисциплины	<p>Особенности методики тренировки лыжников-гонщиков различного возраста и спортивной квалификации. Структура и содержание процесса спортивной подготовки лыжников-гонщиков. Методы и методика оценки различных сторон подготовленности лыжников-гонщиков. Основы управления процессом подготовки в лыжном спорте. Нормативно-правовые основы проведения учебных и учебно-тренировочных занятий, а также и спортивных и спортивно-массовых мероприятий по лыжному спорту. Особенности методики проведения занятий по лыжному спорту оздоровительной направленности. Основы научных исследований в лыжном спорте.</p>
Формы промежуточной аттестации	<p>Зачет и экзамен</p>

Легкая атлетика

Цель изучения дисциплины	<p>Программа дисциплины «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» (легкая атлетика) ориентирована на формирование профессиональной компетентности будущих специалистов по физической культуре и спорту, а так же комплекса профессионально-педагогических знаний, умений и навыков будущих тренеров, специализирующихся в различных видах легкой атлетики.</p>
Место дисциплины в учебном плане	<p>Б1.В.3</p>
Формируемые компетенции	<p>ОПК-3,11; ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-29</p>
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности при занятиях легкой атлетикой - историю развития видов легкой атлетики - научно-методические основы многолетней подготовки легкоатлетов - основы теории и методики преподавания легкой атлетики - устройство спортивно-оздоровительных сооружений и оборудования, правила их эксплуатации - правила соревнований согласно требованиям ИААФ - основные критерии организации и проведения соревнований по

	<p>легкой атлетике.</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять анализ техники легкоатлетических видов - использовать разнообразные формы и методы занятий с учетом возрастных особенностей, уровня подготовленности и состояния здоровья - самостоятельно проводить тренировочное занятие в качестве инструктора - вести отчетную документацию и документацию планирования - организовывать и проводить в доступных формах научные исследования - анализировать и корректировать свою профессиональную деятельность; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологией видов легкой атлетики - основами техники легкоатлетических видов - навыками организации, проведения и судейства соревнований по легкой атлетике - методами научных исследований.
Содержание дисциплины	<p style="text-align: center;">3 курс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника легкоатлетических видов и методика обучения 2 Легкая атлетика в системе физического воспитания 3 Двигательные качества 4 Спортивная подготовка легкоатлета 5 Оздоровительная направленность легкой атлетики 6 Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике 7 Научные исследования в легкой атлетике. <p style="text-align: center;">4 курс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Многолетняя подготовка легкоатлета. 2 Комплексная подготовка легкоатлетов. 3 Периодизация спортивной тренировки в легкой атлетике. 4 Планирование и управление тренировочным процессом в легкой атлетике. 5 Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике. 6 Научные исследования в легкой атлетике.
Формы промежуточной аттестации	Зачет, экзамен