

Аннотация рабочей программы дисциплины «Теория и методика спортивной тренировки» для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Направленность (профиль) образовательной программы - Физическая культура и дополнительное образование Спортивная подготовка

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель изучения дисциплины:

формирование у студентов компетенций, в области организации и руководства тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта и физкультурно- спортивной деятельностью различных возрастных групп населения в образовательных организациях, и в учреждениях дополнительного образования

Задачи изучения дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- теоретико-практические аспекты спортивной тренировки;
- систему и организационные основы спортивной тренировкой;
- средства и методы спортивной тренировки, влияние тренировочных и соревновательных нагрузок на занимающихся;
- специфические принципы построения тренировочного процесса;
- основы построения многолетней спортивной тренировки как многолетнего процесса.

Уметь:

- адекватно использовать средства и методы спортивной тренировки;
- применять специфические принципы при построении тренировочного процесса;
- использовать спортивную тренировку для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации избранного вида спорта;
- планировать учебно- тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

Владеть:

- технологией спортивной тренировки;
- технологическими подходами планирования учебно- тренировочного процесса, развития физических способностей и видами подготовки спортсмена;
- способами организации и проведения соревнований с учетом избранного вида спорта;
- технологиями реализации индивидуальных спортивно- ориентированных тренировочных программ

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения

2.1. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения	ИД-1 УК-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии ИД-2 УК-7 Уметь: использовать основы

	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p>ИД-3 УК-7</p> <p>Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни</p>
--	---	---

2.2 Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
<p>Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности</p>	<p>ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>ИД-1 ОПК-6</p> <p>Знать: психолого-педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; подходы к выбору и особенности использования педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения в контексте задач инклюзии; теории социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации; основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии детей</p> <p>ИД-2 ОПК-6</p> <p>Уметь: разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения,</p>

		<p>развития, воспитания в контексте задач инклюзивного образования; оценивать их результативность; использовать конструктивные воспитательные усилия родителей (законных представителей) обучающихся, оказывать помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка</p> <p>ИД-3 ОПК-6</p> <p>Владеть: методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося; приемами анализа документации специалистов (врачи, психологи и т.п.); технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных программ обучающихся</p>
--	--	---

3. Содержание дисциплины

Теория и практика спорта. Общая характеристика системы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки. Специфические принципы построения тренировочного процесса. Основы построения многолетней спортивной тренировки. Значение индивидуальной спортивной предрасположенности в спорте, первичная спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке спортсменов. Методика развития физических способностей. Техническая подготовка спортсменов. Тактическая подготовка спортсменов. Основные концепции и технология построения больших тренировочных циклов. Основные технологические подходы к построению средних тренировочных циклов (мезоциклов). Основные технологические подходы к построению тренировочных микроциклов. Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства. Проектирование технологий индивидуально ориентированного построения тренировочного процесса. Использование естественных и искусственно управляемых условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности. Курсовая работа.