

**Частная образовательная организация  
высшего образования  
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(ЧОО ВО СПИ)**

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**УТВЕРЖДАЮ**

**Проректор**

**ЧОО ВО СПИ**

**З.Н.Касумова**

**2018г.**

**АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе

дисциплины «**Спортивное совершенствование**»

индекс по ФГОС ВПО (учебному плану) – **Б1.В.ДВ.16.2**

**НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ 44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
ОБРАЗОВАНИЕ**

**ПРОФИЛЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Год начала подготовки по УП- 2014**

**Дербент 2018**

## **Б1.В.ДВ.16.2 Спортивное совершенствование.**

### **Цель курса:**

Цель курса — формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим учителям, тренерам, преподавателям для успешного решения основных задач физического воспитания различного рода образовательных учреждений.

### **Задачи курса:**

изучение истории подвижных игр, их места и значение в системе физического воспитания школьников; изучение теории преподавания и методики проведения подвижных игр; приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для спортивного совершенствования.

**Область применения:** образование, социальная сфера, культура.

Объекты профессиональной деятельности бакалавров: обучение, воспитание, развитие, просвещение; образовательные системы.

Бакалавр по направлению подготовки **050100 Педагогическое образование** готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- педагогическая;
- культурно-просветительская.

### **Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

№ п/п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК-7	готов к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе	анатомо-физиологические, гигиенические и	организовать и провести соревнования для спортсменов	методический обучающий спортивный способам плавания
2.	ОПК-4	способен нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности	психолого-педагогичес	спортсменов	способам плавания

3.	ПК-2	готов применять современные методики и технологии, в том числе и информационные, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса на конкретной образовательной ступени конкретного образовательного учреждения	кие основы физического воспитания и спорта; методику физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; методы и организацию комплексного контроля при проведении учебно-тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации; технологии обучения технике и тактике; особенности и многолетний подготовки	массовых разрядов, участвовать в обслуживании и судействе спортсменов высших разрядов; осуществлять медико-биологический и психологический контроль состояния организма спортсмена в процессе тренировок занятий с использованием инструментальных методов;	; стартам с тумбочки и из воды, поворотам; способам и подбора и применения на занятиях плавания, адекватно поставленным задачам современных научных обоснованных средств и методов обучения и организационных приемов работы с занимающимися, воспитательной и консульт
4.	ПК-3	способен применять современные методы диагностирования достижений обучающихся и воспитанников, осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии	контроля при проведении учебно-тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации; технологии обучения технике и тактике; особенности и многолетний подготовки	массовых разрядов, участвовать в обслуживании и судействе спортсменов высших разрядов; осуществлять медико-биологический и психологический контроль состояния организма спортсмена в процессе тренировок занятий с использованием инструментальных методов;	; стартам с тумбочки и из воды, поворотам; способам и подбора и применения на занятиях плавания, адекватно поставленным задачам современных научных обоснованных средств и методов обучения и организационных приемов работы с занимающимися, воспитательной и консульт
5.	ПК-7	готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	контроля при проведении учебно-тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации; технологии обучения технике и тактике; особенности и многолетний подготовки	массовых разрядов, участвовать в обслуживании и судействе спортсменов высших разрядов; осуществлять медико-биологический и психологический контроль состояния организма спортсмена в процессе тренировок занятий с использованием инструментальных методов;	; стартам с тумбочки и из воды, поворотам; способам и подбора и применения на занятиях плавания, адекватно поставленным задачам современных научных обоснованных средств и методов обучения и организационных приемов работы с занимающимися, воспитательной и консульт

			спортсменом; в;		ационной работы;
--	--	--	--------------------	--	---------------------

**Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:**

Дисциплина **«Спортивное совершенствование»** является дисциплиной по выбору вариативной части профессионального цикла **БЗ.В.ДВ.9.2.** по направлению подготовки **050100** Педагогическое образование, профиль «Физическая культура».

Областями профессиональной деятельности бакалавров, на которые ориентирует дисциплина **«Спортивное совершенствование»** является образование, социальная сфера.

При изучении дисциплины студенты опираются на знания, полученные в результате освоения следующих дисциплин: «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика легкой атлетики», «Основы мед знаний и здорового образа жизни», «Основы специальной педагогики и психологии», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Биомеханика», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Спортивная метрология», «Практические занятия по виду спорта».

№ п/ п	Наименование блока (раздела)	Наименование тем блока (раздела) дисциплины	Лекции	практические занятия	СРС	Всего	Компетенции
1.	<b>Спортивная история плавания</b>	Эволюция плавания как вида спорта. Плавание в древности: Древняя Греция, Древний Рим. Средневековье. Плавание в период 16-19 веков. Плавание в 20 веке. Плавание и Олимпийские игры.	2		21	23	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-3,  ПК-7.
2.	<b>Общая характеристика, особенности и классификация и средства</b>	Плавание в системе физического воспитания и спорта. Игровое, художественное, прикладное плавание. Средства обучения и	2		20	22	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-3,

	<b>обучения плаванию.</b>	совершенствования в плавании: физические упражнения, естественные природные факторы (вода, солнце, воздух), тренажеры, специальные приспособления (лопатки, доски и т. д.).					ПК- 7.
<b>3.</b>	<b>Построение многолетней подготовки.</b>	Наиболее важные факторы эффективность системы многолетней подготовки пловцов. Закономерности становления различных сторон мастерства в зависимости от пола, специализации и сроков биологического созревания спортсмена. Индивидуальные особенности пловцов. Подведение пловца к максимальным тренировочным нагрузкам.	2		20	22	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-3,  ПК- 7.
<b>4.</b>	<b>Построение тренировки в течение года. Факторы, влияющие на построение годичной тренировки.</b>	Мезоцикл. Втягивающий мезоцикл. Базовый мезоцикл. Контрольно-подготовительный мезоцикл. Предсоревновательный мезоцикл. Двухцикловое планирование. Трехцикловое планирование	2	2	20	24	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-3,  ПК- 7.
<b>5.</b>	<b>Построение тренировочных</b>	Этапы подготовки. Непосредственная подготовка к главным соревнованиям сезона		2	20	22	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-

	<b>микроциклов.</b>	(Олимпийским играм, чемпионатам мира)»					3, ПК- 7.
<b>6.</b>	<b>Основы построения программ тренировочных занятий.</b>	Структура тренировочного занятия Нагрузка в тренировочных занятиях. Прогнозирование, планирование и программирование в виде спорта. Роль спасательных мероприятий, изучение способов освобождения от захватов. Прикладные способы передвижения в воде.		2	20	22	ОК-7; ОПК-4; ПК-2, ПК-3, ПК- 7.
	<b>экзамен</b>					9	
	<b>Итого:</b>		<b>8</b>	<b>6</b>	<b>121</b>	<b>144</b>	

**Общая трудоемкость дисциплины: 144 часов.**