

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

КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН



АННОТАЦИЯ

к рабочей программе
дисциплины «**Управление тренировочным процессом**»

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – **Б1.В.ОД.5**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль «Физическая культура»

Год начала подготовки по УП- 2014

Дербент 2018

Цель курса:

Высокий уровень достижений в современном спорте обуславливает необходимость постоянного совершенствования всех сторон подготовки спортсмена и в первую очередь ее основного раздела – управление спортивной тренировки.

По отношению к теории и методике отдельных видов спорта педагогика спорта выступает как интегрирующая дисциплина, поскольку она определяет педагогические закономерности, которыми необходимо руководствоваться в процессе занятий всеми видами спорта.

В программе курса «Управление тренировочным процессом» поставлена цель вооружения преподавателя спорта знаниями о педагогических принципах и правилах организации спортивной тренировки, как в сфере массового спорта, так и спорта высших достижений.

Задачи курса:

- обеспечение преподавателя знаниями о физической подготовленности спортсмена;
- решение воспитательных задач;
- овладение знаниями о спортивной тактике и технике;
- построение и проведение занятий для достижения высших спортивных результатов;

Область применения:

Область профессиональной деятельности бакалавров: образование, социальная сфера, культура. Объекты профессиональной деятельности бакалавров: обучение, воспитание, развитие, просвещение; образовательные системы.

Бакалавр по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование** готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- педагогическая;
- культурно-просветительская;

Место дисциплины в структуре ОПОП подготовки бакалавра:

Дисциплина «Управление тренировочным процессом» является обязательной дисциплиной вариативной части Б1.В по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура». **(БЗ.В.ОД.3)**. Дисциплина реализуется в ЧОО ВО СПИ на кафедре Гуманитарных дисциплин.

Областями профессиональной деятельности бакалавров, на которые ориентирует дисциплина «Управление тренировочным процессом» является образование, социальная сфера.

Профильной для данной дисциплины является профессиональная деятельность бакалавров.

Основные науки, непосредственно, связанные с Управлением тренировочного процесса – это педагогика, физиология, медицина, социология, математика, информатика, психология и др.

В вопросах, связанных с управлением тренировочного процесса, особая роль принадлежит педагогике и психологии.

Требования к результатам освоения дисциплины: студент должен

Знать:

Основные причины периодических изменений тренировочного процесса; - закономерности развития спортивной формы, как основа периодизации спортивной

тренировки; - периоды и этапы спортивной тренировки; - основные формы контроля в спортивной тренировке.

Уметь:

Осуществлять планирование и контроль тренировочного процесса; - построение тренировки в различных циклах подготовки.

Владеть:

Умением и навыками построения тренировочного процесса в различных циклах подготовки.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

-способен реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида (СК-2)

Краткое содержание дисциплины:

Состояние спортивной тренировки и направления ее совершенствования. Основные понятия (понятия, основные средства и методы спортивной тренировки).

Общая характеристика и пути оптимизации спортивной тренировки. Сущность системного подхода управления спортивной тренировки. Принципы, используемые в управлении спортивной тренировке. Общая характеристика принципов спортивной тренировки.

Основные принципы дидактики и их использование в спортивной тренировке.

Специфические принципы спортивной тренировки.

Структура подготовленности спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта. Комплексные исследования структуры подготовленности спортсменов.

Диагностика подготовленности спортсмена. Скоростно-силовые возможности спортсмена.

Специальная выносливость спортсмена. Методика совершенствования подготовленности спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта. Компоненты

тренировочной нагрузки и особенности их применения при решении задач спортивной тренировки. Повышение скоростных возможностей спортсмена. Повышение силовых

возможностей спортсмена. Контроль в спортивной тренировке и управление тренировочным процессом. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок.

Основы планирования спортивных тренировок и методика построения занятий и микроциклов. Методика построения тренировочных занятий спортсмена. Планирование

спортивной тренировки в течение года. Соревновательная практика и ее влияние на эффективность тренировочного процесса. Тренировка в подготовительном периоде.

Тренировка в соревновательном периоде. Многолетнее планирование спортивной тренировки. Основные направления интенсификации тренировочного процесса

спортсмена. Спортивная тренировка женщин. Физиологические особенности женского организма. Особенности спортивно-тренировочных занятий в разные фазы цикла. Занятия

спортом в период беременности. Планирование тренировочных воздействий и факторов восстановления в виде единого комплексного процесса. Направления использования

факторов восстановления в спортивной практике. Основные варианты планирования восстановительных мероприятий в тренировочном процессе. Воспитание на занятиях

спорта. Положительное влияние спорта на личность. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена. Динамика внимания спортсмена в состоянии

мобилизационной готовности. Особенности сосредоточения внимания у спортсменов.

Вопросы теории технической подготовки спортсмена. Современные взгляды на техническую подготовку. Спортивная техника как система движений. Особенности высшего технического мастерства спортсменов. Особенности технических действий при относительно постоянных условиях соревнований. Особенности действий спортсмена при переменных условиях соревнований. Методы совершенствования технического мастерства спортсменов. Особенности технических действий при относительно постоянных условиях соревнований. Особенности действий спортсмена при переменных условиях соревнований. Планирование спортивно-технического совершенствования спортсменов. Соревновательный период. Совершенствование координационных способностей спортсменов. Совершенствование способности к равновесию. Совершенствование способности к ориентированию в пространстве.

Общая трудоемкость дисциплины: 216 часов, 6 зачетных единиц.