

**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 ВО (учебному плану) – **Б1.В.ДВ.16.2**

Направление подготовки

**44.03.01 Педагогическое образование,**

профиль:

**«Физическая культура»**

**Год начала подготовки по УП- 2017**

**Дербент 2018**

### 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.

### 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.	ОПК-1	готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физического воспитания и спорта;	организовать и провести соревнования для спортсменов массовых разрядов, участвовать в обслуживании и судействе спортсменов высших разрядов; осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма спортсмена в процессе тренировочных занятий с использованием инструментальных методов;	методикой обучения спортсменам способам плавания; стартам с тумбочки и из воды, поворотам; способами подбора и применения на занятиях плаванием, адекватно поставленным задачам современных научных обоснованных средств и методов обучения и
2.	ПК-3	способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеурочной деятельности	методику физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; методы и организацию комплексного контроля при проведении учебно-тренировочных занятий со спортсменами различной квалификации; техн		

			<p>ологии обучения технике и тактике; особенности многолетней подготовки спортсменов;</p>		<p>организац ионных приемов работы с занимающ имися, воспитател ьной и консульта ционной работы;</p>
--	--	--	---	--	--

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:

Дисциплина «**Спортивное совершенствование**» является дисциплиной по выбору вариативной части **Б1.В.ДВ.16.2** по направлению подготовки **44.03.01** Педагогическое образование, профиль «Физическая культура».

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

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», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Практические занятия по виду спорта».

Курс «**Спортивное совершенствование**» наряду с другими базовыми предметами учебного плана обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Цикл дисциплины направлен на то, чтобы вооружить студентов на базовые знания методов и средств физического воспитания, в частности спортивных и подвижных игр, в сочетании с теоретическими дисциплинами и в контексте с будущей целостной профессиональной деятельности.

Профильной для данной дисциплины является профессиональная деятельность бакалавров. Дисциплина готовит к решению следующих задач профессиональной деятельности:

в области педагогической деятельности:

- организация обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметной области;

- организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами и родителями для решения задач в профессиональной деятельности;

- использование возможностей образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с использованием информационных технологий;

- осуществление профессионального самообразования и личностного роста, проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры;

в области культурно-просветительской деятельности:

- изучение и формирование потребностей детей и взрослых в культурно-просветительской деятельности;
- организация культурного пространства;
- разработка и реализация культурно-просветительских программ для различных социальных групп;
- популяризация профессиональной области знаний общества.

**Краткое содержание дисциплины:**

<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.
<b>Общая характеристика, особенности и классификация и средства обучения плаванию.</b>	Плавание в системе физического воспитания и спорта. Игровое, художественное, прикладное плавание. Средства обучения и совершенствования в плавании: физические упражнения, естественные природные факторы (вода, солнце, воздух), тренажеры, специальные приспособления (лопатки, доски и т. д.).
<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.
<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
<b>Построение тренировочных микроциклов.</b>	Этапы подготовки. Непосредственная подготовка к главным соревнованиям сезона (Олимпийским играм, чемпионатам мира)»
<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.

**Общая трудоемкость дисциплины составляет: 2 зачетные единицы, 72 часа.**