

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» относится к дисциплинам Блока 1, обязательной части Б1.О.20.

### **2. Объем дисциплины: 11 зачетных единиц.**

**3. Содержание дисциплины:** Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта». Деятельность тренера-преподавателя по виду спорта. Подготовка спортсмена как многокомпонентный процесс. Тренировка как составная часть подготовки спортсмена, ее цели и задачи. Принципы спортивной тренировки: принцип единства общей и специальной подготовки и принцип непрерывности тренировочного процесса. Принципы спортивной тренировки: принцип углубленной специализации, индивидуализации и принцип постепенности и максимальности наращивания нагрузки. Принципы спортивной тренировки: принцип волнообразности динамики тренировочных нагрузок и принцип цикличности тренировочных нагрузок. Классификация основных средств спортивной тренировки. Методы обучения технике двигательного действия. Техника физических упражнений. Критерии техники. Структура процесса обучения двигательным действиям. Ошибки, причины их возникновения, профилактика и методика исправления. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса тренировки. Равномерный и переменный методы спортивной тренировки. Повторный и интервальный методы спортивной тренировки. Круговой, соревновательный и игровой методы спортивной тренировки. Физические способности и основные закономерности их развития. Физическая и техническая подготовки спортсмена. Тактическая подготовка спортсмена. Педагогический контроль и учет в подготовке спортсмена. Соревновательная деятельность спортсменов.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);
- способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2);
- способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК-4);
- способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14).

### **5. Форма контроля: зачет, экзамен.**

### **6. Разработчик: доцент, к.п.н. Багаев С.В.**