

Аннотация рабочей программы
дисциплины МДК.01.01 ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ
И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ
по специальности 49.02.01 Физическая культура
уровень подготовки – углубленный

Рабочая программа учебной дисциплины МДК.01.01 ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ разработана на основе ФГОС СПО. Программа включает в себя: паспорт рабочей программы (место учебной дисциплины в структуре ППССЗ, цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины); структуру и содержание учебной дисциплины (объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план и содержание учебной дисциплины); условия реализации дисциплины (требования к минимальному материально-техническому обеспечению, информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, основной и дополнительной литературы); контроль и оценку результатов освоения дисциплины.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины МДК.01.01 ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина МДК.01.01 «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью» входит в профессиональный модуль ПМ.01 «Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта». В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен: иметь практический опыт.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

– использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися, проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

– оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

– использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

– осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать:

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;
- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен **иметь практический опыт:**

- анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

Формируемые компетенции:

Учащийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Учащийся должен обладать профессиональными компетенциями, включающими в себя способность:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 524 час., в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 354 час;
- самостоятельная работа обучающегося 170 часов.

1.5 Тематический план учебной дисциплины:

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих тем:

№	Тема	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
		Всего.	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
5 семестр					
1	Тема 1.1 Общие основы спортивной подготовки	16	8	8	2
2	Тема 1.2 Основные стороны спортивной подготовки	24	10	14	6
3	Тема 2.1.Введение. Предмет и задачи курса ИВС (легкая атлетика).	8	2	6	4
4	Тема 2.2.Меры безопасности и профилактика травматизма ИВС (легкая атлетика)	4	2	2	2
5	Тема 2.3.Общеразвивающие и специальные упражнения в легкой атлетике	8	2	6	2
6	Тема 3.1. Основы техники видов легкой атлетики.	12	6	6	2
7	Тема 3.2. Основы методики обучения видам легкой атлетики	6	2	4	2
8	Тема 3.3. Развитие двигательных качеств в ИВС	8		8	4
9	Тема 4.1. Спортивная ходьба	10		10	4
10	Тема 4.2. Бег на короткие дистанции	8		8	4
11	Тема 4.3.Эстафетный бег	10		10	4
12	Тема 4.4. Прыжок в высоту с разбега способом	10		10	4
13	Тема 4.5. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	10		10	4
14	Тема 4.6. Метание малого мяча (гранаты)	8		8	4
	6 семестр				
15	Тема 1.1. Виды и терминология гимнастики	28	10	18	10
16	Тема 1.2. Основы техники гимнастических упражнений	34	6	28	10
17	Тема 1.3 Основы обучения гимнастическим упражнениям	46	6	40	10
18	Тема 1.4.Основы спортивной тренировки	36	10	16	10
19	Тема 1.5. Организация и проведение соревнований	42	10	32	20
	7 семестр				
20	Тема 1.1. Классификация и систематика спортивной борьбы.	6	6		2
21	Тема 1.2. Техника безопасности и профилактика травматизма	8	4	4	4
22	Тема 1.3 Врачебный контроль и самоконтроль	20	6	14	4
23	Тема 1.4. Техника спортивной борьбы	36	12	24	6
24	Тема 1.5. Тактика спортивной борьбы	40	12	28	4
25	Тема 2.1.Общие правила соревнований по спортивной борьбе	24	4	20	20
26	Тема 3.1.Основы методики обучения в ИВС	58	8	50	4
27	Тема 3.2 Методика обучения технике борьбы	50		50	10
	Всего по дисциплине	524	118	236	170

1.6. Вид промежуточной аттестации: 5 семестр диф. зачет,
6 семестр зачет,
7 семестр экзамен

1.7 Основная литература

1. Якимов, А.М. Основы тренерского мастерства : учебно-методическое пособие / А.М.Якимов. - 2-е изд. - М. : Спорт, 2015. - 176 с. - ISBN 978-5-9906734-3-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430482](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430482)

2. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для СПО / Т. А.

Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 189 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/3BA88BD1-5829-4C56-974C-7D7F3422E7F9.

Составитель/и/: преподаватели В.В Цуркан, Л.А. Архипова, И.И. Зозуля