



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Методика спортивной тренировки

(наименование учебной дисциплины)

Блок: вариативный (Б1.В)

| |
|---|
| 1. Цель и задачи дисциплины |
| Цель: Цель дисциплины: формирование у бакалавров понимания главных концептуальных положений, составляющих принципиальное содержание современных теоретических и методических основ спортивной тренировки. |
| Задачи дисциплины: |
| 1. Обеспечить теоретическое осмысление основ методики спортивной тренировки; |
| 2. Раскрыть содержание, закономерности, основные стороны и формы построения спортивной тренировки; |
| 3. Раскрыть теоретические основы и методику подготовки спортсменов на этапах их возрастного развития (детском, юношеском возрасте); |
| 4. Изучить организационно-методические аспекты отбора и диагностики спортивных способностей детей для занятий спортом; |
| 5. Сформировать систему знаний о планировании и управлении тренировочным процессом. |
| 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО |
| Дисциплина "Методика спортивной тренировки" входит в , код: Б1.В.ДВ.05. |
| 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины |
| Изучение дисциплины "Методика спортивной тренировки" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций: |
| ПК-6 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| 4. Структура дисциплины |
| Общая трудоемкость дисциплины. |
| 3 зачетные (-ых) единицы (-ы) (108 ч.), включая промежуточную аттестацию. |
| Формы контроля. |
| Экзамен |
| Содержание дисциплины. |
| Спортивная тренировка в системе подготовки спортсмена, понятие и термины |
| Нагрузка, утомление и восстановление в спортивной тренировке |
| Принципы спортивной тренировки |
| Виды подготовки спортсмена |

| |
|--|
| Средства и методы спортивной тренировки. Периодизация спортивной тренировки |
| Спортивная форма и закономерности ее развития; контроль в спортивной тренировке. |
| Спортивная ориентация, спортивный отбор |
| Особенности спортивной тренировки детей |