

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: физкультурно-спортивное совершенствование

1 Цели и задачи дисциплины

1. **Цель дисциплины:** совершенствование профессиональной и спортивной подготовки студентов на основе одного из базовых или новых физкультурно-спортивных видов.

Задачи изучения дисциплины.

- совершенствовать профессиональные умения физкультурно-спортивной деятельности на модели избранного вида спорта;
- освоить технико-тактический арсенал избранного вида спорта и уровень физической подготовленности;
- обеспечить достаточный уровень физкультурно-спортивной подготовки.

в области учебно-воспитательной деятельности:

- осуществление процесса обучения в соответствии с образовательной программой;
- планирование и проведение учебных занятий с учетом специфики тем и разделов программы и в соответствии с учебным планом;

организация и проведение внеклассных мероприятий в области организационно-управленческой деятельности:

- укрепление и сохранение здоровья студентов;
- организация внеурочной деятельности.

2 Место дисциплины в структуре ООП

Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «физкультурно–спортивное совершенствование» относится к дисциплинам по выбору вариативной части цикла (Б1.В.ДВ.01.05).

Для освоения дисциплины «физкультурно – спортивное совершенствование» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин физическая культура и спорт, туризм, зимние виды спорта, спортивные и подвижные игры, общая физическая подготовка.

Освоение данной дисциплины является основой для последующего изучения дисциплин «Спортивные и подвижные игры», «Зимние виды спорта», «Легкая атлетика», «Общая физическая подготовка»

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7).

В результате изучения студент должен:

знать:

- основные этапы развития физкультурно-спортивного совершенствования в мировом спортивном движении и России;
- роль физической культуры и спорта
- дидактические закономерности развития в физкультурно-спортивном совершенствования, как части спортивной науки;
- основы и особенности методики подготовки студентов физкультурно-спортивного совершенствования;
- особенности влияния возрастно-половых особенностей на развитие физических качеств средствами физической культуры и спорта.

уметь:

- использовать передовую методику и современную технологию обучения различных категорий занимающихся физической культурой и упражнениям; развития физических качеств в процессе занятий физической культурой, с учетом санитарно-гигиенических, климатических,

региональных и национальных условий;

- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивным занятий с использованием инструментальных методик;

- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказывать первую медицинскую помощь на занятиях по физической культуре;

- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуре и спорту;

- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе занятий физической культурой и спортом;

- Участвовать в соревнованиях по различным видам спорта для студентов;

- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;

- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения;

владеть:

- владеть новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 ч.