

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО»
(ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского)**

Образовательная программа

Код и направление: **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

Направленность (профиль): **Физическая культура и безопасность жизнедеятельности**

Квалификация: **Бакалавр**

Форма обучения: **Очная**

Срок обучения: **5** года (лет)

Год начала подготовки: **2013**

Аннотация рабочей программы дисциплины

СОВРЕМЕННАЯ СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Цель дисциплины:

Подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с применением современных технических средств обучения и контроля за подготовкой спортсменов, знакомство с новыми тенденциями развития спортивной науки

2. Место дисциплины в структуре ОП:

Дисциплина относится к разделу БЗ.В.ДВ.11.1.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

| Коды | Содержание компетенций |
|-------------|--|
| ПК-9 | способностью проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся |

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- основные направления развития спортивной науки

уметь:

- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу

владеть:

- технологией использования современных технических средств обучения и контроля в физическом воспитании и спорте;

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е. (72 ч).

5. Семестры:

| Семестр | Трудоемкость | | | | | | | | Контроль |
|---------|--------------|-------------|-------------------|--------|--------------------------|--------------------------------|------------------|------------------------|----------|
| | Зач. ед. | Часов всего | Контактная работа | Лекции | Практ. групп. и семинары | Практ. мал. гр. и лаб. занятия | Индивид. занятия | Самостоятельная работа | |
| 9 | 2 | 72 | 36 | 18 | 18 | | | 36 | Зачёт |

6. Основные разделы дисциплины:

1. Тренировка: общие положения и принципы.
2. Структура тренировки
3. Микроциклы. Планирование микроцикла
4. Мезоциклы
5. Долгосрочная подготовка. Годичный цикл.
6. Четырехлетний цикл спортивной подготовки
7. Современные методики подготовки спортсменов.

7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Кашкаров Виктор Алексеевич, кандидат педагогических наук, профессор.