

Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной
переподготовки кадров ФГБОУ ВО «УралГУФК»
Высшая школа тренеров по хоккею

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«ТЕОРИЯ СПОРТА»**

Цель изучения дисциплины	Целью освоения дисциплины «Теория спорта» является формирование профессиональной компетентности специалистов спортивной сфере, предоставление объема соответствующей информации, теоретических знаний и практических умений и навыков, необходимых для подготовки тренера, которые будут использованы для работы в различных структурных звеньях системы спортивной подготовки. Формировать устойчивый интерес к профессии, потребности в углубленном изучении теоретико-методических основ спортивной тренировки, повышении профессиональной компетентности за счет самовоспитания, саморазвития
Формируемые компетенции	ОПК-3 ПК -8 ПК - 11
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	В результате изучения дисциплины студент должен: знать: – цели и задачи, социальную сущность, структуру системы спортивной подготовки и ее принципы (закономерности) – особенности содержания, методики подбора и использования физических упражнений и других средств при решении задач спортивной подготовки; – Структуру построения процесса спортивной подготовки. уметь: – четко формулировать задачи (образовательные, воспитательные, оздоровительные, спортивные, реабилитационные, рекреационные) и подбирать соответствующие средства и методы их решения, дозировать и регулировать физическую нагрузку; – организовывать тренировочный процесс и своевременно вносить в него соответствующие коррективы; – в зависимости от конкретных задач и контингента занимающихся подбирать адекватные средства и методы физического воспитания; – планировать различные циклы и этапы процесса спортивной тренировки; – грамотно выполнять все процедуры контроля в процессе спортивной тренировки; владеть: – способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта; – способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; – владеть методикой проведения тренировок на разных этапах спортивной подготовки. – технологией планирования тренировочных нагрузок всех циклов тренировочного процесса у спортсменов различной квалификации.

<p>Содержание дисциплины</p>	<p>1. Основы спортивной тренировки 1.1 Феномен спорта. Терминология ФЗ о ФКиС. Основные компоненты системы спортивной подготовки. 1.2 Компоненты системы спортивной подготовки: система соревнований 1.3 Компоненты системы спортивной подготовки: система экзофакторов 1.4 Компоненты системы спортивной подготовки: система тренировки (принципы, средства, методы спортивной тренировки). Раздел 2 «Основы спортивной тренировки» 2.1 Спортивная тренировка: - физическая подготовка; - техническая подготовка; - тактическая подготовка; - психологическая подготовка; - интегральная подготовка; 2.2 Нагрузки в спорте. Адаптация к нагрузкам. Особенности физической подготовки в хоккее 2.3 Основы построения процесса спортивной подготовки. Федеральные стандарты спортивной подготовки по в/с «хоккей». Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки 2.4 Особенности построение процесса подготовки хоккеистов в микро- и мезоциклах Раздел 3 «Управление системой спортивной подготовки» 3.1 Управление процессом спортивной подготовки 3.2 Комплексный контроль и учет в подготовке хоккеистов</p>
<p>Формы промежуточной аттестации</p>	<p>Зачет</p>