****

**АННОТАЦИЯ**

Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» студентами является формирование знаний по общетеоретическим вопросам подготовки спортсменов и совершенствование двигательных умений и навыков, а также приобретение способности направленного использования разнообразных средств избранного вида спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

((формирование профессионально-педагогических знаний, умений по проведению занятий по пулевой стрельбе, формирование навыков владения спортивным стрелковым оружием.

Бакалавр в области физической культуры должен освоить навыки, предназначенные для организации физкультурно-оздоровительных программ и педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.))

Задачи дисциплины:

- приобщить к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

- сформировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта;

- научить планировать тренировочный процесс в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов;

- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки;

- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся, внесение корректив в тренировочный процесс;

- формировать качества, необходимые в педагогической деятельности.

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» (Б.3.Б.13) относится к профессиональному циклу, базового раздела ООП.

Связь с предшествующими и последующими дисциплинами (модулями, практиками, научно-исследовательской работой (НИР) в соответствии с ОПОП.

Для изучения данной дисциплины на 3 курсе необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами: Анатомия человека, Физиология человека, Физическая культура, Педагогика, Психология, Биомеханика.

**ЗАДАНИЯ**

**ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ № 5**

**по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта»**

Для студентов заочной формы обучения

По направлению 49.03.01. – «Физическая культура»,

профиль «Спортивная тренировка»

**Вариант** контрольной работы выбирается из таблицы 1.

**Объём** контрольной работы должен составлять не менее 10 печатных страниц.

**Шрифт** – Times New Roman, размер – 14, интервал – 1,5.

**Поля:** верхнее и нижнее - 2, левое - 3, правое - 1,5.

**Образец титульного листа** прилагается.

Контрольную работу студент обязан выполнить и сдать в деканат факультета до начала сессии.

**Структура контрольной работы**.

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение.
4. Главы.
5. Выводы.
6. Список литературы и других информационных ресурсов.

Таблица 1.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предпос-ледняя цифра зачётной книжки | Последняя цифра зачётной книжки | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Номера заданий | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 3 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 5 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 7 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 8 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 9 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

**Темы контрольных работ:**

1. Подведение итогов спортивного года.
2. Спортивные достижения в ИВС и тенденции их развития.
3. Психолого-педагогическая деятельность тренера.
4. Профессиональная адаптация тренера и условия ее эффективности.
5. Основные характеристики деятельности тренера.
6. Организация и проведение спортивных праздников по ИВС.
7. Значение проведения спортивно-массовых мероприятий.
8. Основы спортивной тренировки.
9. Общая физическая подготовка в ИВС.
10. Контрольно-переводные нормативы по ОФП в ИВС.
11. Методика развития физических качеств и способы их оценки.
12. Специальная физическая подготовка в ИВС.
13. Контрольно-переводные нормативы по СФП в ИВС.
14. Быстрота как физическое качество, методика развития, способы оценки.
15. Гибкость как физическое качество, методика развития, способы оценки.
16. Выносливость как физическое качество, методика развития, способы оценки.
17. Физическое качество – сила, методика развития, способы оценки.
18. Ловкость как физическое качество, методика развития, способы оценки.
19. Спортивная тренировка, основные понятия, цели, задачи, методы и средства спортивной тренировки.
20. Методы тренировки в ИВС.