

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы дисциплины  
**« Национальная борьба, вольная борьба»**

*49.03.01 Физическая культура*

направленность (профиль) *«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»*

Квалификация: бакалавр

**1. Целью изучения дисциплины является:**

возрождение традиционных народных средств физического воспитания, приобретение теоретических знаний, умений и навыков по национальной и вольной борьбе для решения профессиональных задач.

**Для достижения цели ставятся задачи:**

- изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;
- овладеть теоретическими знаниями в объеме программы;
- овладеть знаниями и умениями по наблюдению, анализу, организации и проведению занятий по вольной и национальной борьбе и спортивно-массовых мероприятий с различными контингентами населения регионов;
- укрепления здоровья, закаливание, достижение и поддержание высокой умственной и физической работоспособности, повышение спортивного мастерства;
- овладеть терминологией и технологией ее использования в ходе проведения занятий по национальной и вольной борьбе;
- формировать у студентов умения и навыки систематической, самостоятельной работы с теоретическим и практическим материалом, в том числе с использованием информационных технологий.

**2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения ОПОП обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

| <b>Коды компетенции</b> | <b>Результаты освоения ОПОП<br/>Содержание компетенций*</b> | <b>Индикаторы достижения</b>                                                                                     | <b>Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами компетенций</b>                       |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОПК-1</b>            | Способен планировать содержание занятий с учетом положений  | ОПК-1.1. знает положения теории и методики физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере | <b>Знать:</b> положения теории и методики физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры; |

|              |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | физической культуры;<br>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;                                                                                                            | - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;                                                                                                                                   |
|              |                                                                                                                                                                     | ОПК-1.2. умеет определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха обучающихся с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; | <b>Уметь:</b> определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха обучающихся с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; |
|              |                                                                                                                                                                     | ОПК-1.3. владеет методами составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся                                                                                                   | <b>Владеть:</b> владеет методами составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся                                                                                           |
| <b>ОПК-4</b> | Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта                      | ОПК-1.1. знает терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта;                                                                                                                                  | <b>Знать:</b> терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта;                                                                                                                                  |
|              |                                                                                                                                                                     | ОПК-1.2. умеет применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач;                                                                                                | <b>Уметь:</b> применять методы, средства и методические приемы при проведении занятий по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач;                                                                                                |
|              |                                                                                                                                                                     | ОПК-1.3. владеет навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки                                                                                                              | <b>Владеть:</b> навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки                                                                                                              |

|               |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОПК-13</b> | Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта                 | ОПК-13.1. знает методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в соответствии с требованиями Федеральных стандартов спортивной подготовки, правил соревнований по избранному виду спорта, норм, требований для присвоения спортивных разрядов; | <b>Знать:</b> методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в соответствии с требованиями Федеральных стандартов спортивной подготовки, правил соревнований по избранному виду спорта, норм, требований для присвоения спортивных разрядов; |
|               |                                                                                                      | ОПК-13.2. умеет планировать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;<br>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению физкультурно-спортивного праздника;                                                         | <b>Уметь:</b> планировать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;<br>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению физкультурно-спортивного праздника;                                                         |
|               |                                                                                                      | ОПК-13.3. навыками составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.                                                                                                      | <b>Владеть:</b> навыками составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.                                                                                              |
| <b>ОПК-14</b> | Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса | ОПК-14.1. знает содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;                       | <b>Знать:</b> содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;                       |
|               |                                                                                                      | ОПК-14.2. умеет определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;                                                                                                                                                       | <b>Уметь:</b> определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;                                                                                                                                                       |

|             |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                            |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                                                                                                              | ОПК-14.3. владеет навыками проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС. | <b>Владеть:</b> навыками проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС. |
| <b>ПК-2</b> | способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся            | ПК-2.1. знает частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;   | <b>Знать:</b> частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры; |
|             |                                                                                                                                                              | ПК-2.2. умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;                                                                      | <b>Уметь:</b> использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;                                                                    |
|             |                                                                                                                                                              | ПК-2.3. владеет навыками осуществлять отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.           | <b>Владеть:</b> навыками осуществлять отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.         |
| <b>ПК-4</b> | Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки | ПК-4.1. знает правильно и научно обоснованно дозировать объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;                                 | <b>Знать:</b> правильно и научно обоснованно дозировать объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;                               |
|             |                                                                                                                                                              | ПК-4.2. умеет осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;                                            | <b>Уметь:</b> осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;                                          |
|             |                                                                                                                                                              | ПК-4.3. владеет навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировоч-                                  | <b>Владеть:</b> навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировоч-                                |

|  |  |                  |                      |
|--|--|------------------|----------------------|
|  |  | вочного процесса | нировочного процесса |
|--|--|------------------|----------------------|

4. **Общая трудоемкость дисциплины:** 3 зачетные единицы, 108 часов.
5. **Формы промежуточного контроля** - зачет.
6. **Разработчик:** к.ф.н., доцент Джанкетов А.Э.