ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОТА (ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА)

1.	Наименование дисциплины	Основы теории и методики избранного вида спорта (тяжелая атлетика)
2.	Содержание дисциплины	Общие основы теории тяжелой атлетики Физические способности и психические качества тяжелоатлетов Основы методики обучения и организации учебно-тренировочного процесса в тяжелой атлетике Спортивная тренировка тяжелоатлета Система спортивного отбора в тяжелой атлетике Методика овладения умениями и навыками тренера в тяжелой атлетике Содержание видов подготовки в тяжелой атлетике
3.	Формируемые компетенции	Владеть терминами и понятиями, знаниями истории и современного состояния тяжелой атлетики, правилами спортивных соревнований в тяжелой атлетике, ориентироваться и использовать знания о методиках развития физических качеств, обучения технике и тактике, планирования учебно-тренировочного и соревновательного процессов в тяжелой атлетике
4.	Результаты обучения (знать, уметь, иметь навык)	**знать:** историю, современное состояние и тенденции развития тяжелой атлетики; правила спортивных соревнований по тяжелой атлетике; принципы, средства и методы обучения и совершенствования техники и тактики тяжелой атлетики; структуру и функции международных и национальных, государственных и негосударственных органов управления; классификацию, методику организации и проведения спортивных соревнований по тяжелой атлетике; содержание документов, регламентирующих работу спортивно-оздоровительных лагерей; **уметь:** осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь; оказывать направленное воздействие на развитие физических качеств; анализировать технику и тактику тяжелоатлетических упражнений; обучать технике и тактике тяжелоатлетических упражнений;

		выполнять технические приемы и тактические действия в тяжелой атлетике; организовывать спортивные соревнования; судить спортивные соревнования; реализовывать специализированную компетенцию в практической деятельности тренера; планировать, организовывать, контролировать и корректировать спортивную подготовку тяжелоатлетов различной квалификации; взаимодействовать со специалистами смежных областей; **иметь навык:** терминами и понятиями, принятыми в тяжелой атлетике; методиками развития физических качеств, обучения технике и тактике тяжелой атлетики; методами страховки и оказания помощи; методикой и навыками судейства спортивных соревнований
5.	Семестр обучения, специальность	1-2, специальность 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (тяжелая атлетика)»
6.	Пререквизиты	Для изучения учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта» необходимы знания по следующим учебным дисциплинам: «Гимнастика и методика преподавания», «Основы теории и методики избранного вида спорта» (виды спортивной борьбы)
7.	Трудоемкость в зачетных единицах	24
8.	Количество аудиторных часов	Распределение аудиторного времени (360 часов) для студентов дневной формы получения образования: лекции – 40 часов, практические занятия – 280 часов, семинарские занятия – 40 часов. Распределение аудиторного времени (90 часов) для студентов заочной формы получения образования: лекции – 10 часов, практические занятия – 70 часов, семинарские занятия – 10 часов
9.	Требования к текущей и промежуточной аттестации	Промежуточная аттестация проводится не менее одного раза в семестр. Положительными являются отметки не ниже 4 (четырёх) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными. Результаты промежуточной аттестации студентов в форме зачёта оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено»,

		отметка «не зачтено» является неудовлетворительной. Формы промежуточной аттестации студентов – зачёты (1-й, 3-й семестры), экзамены (2-й, 4-й семестры)

FUNDAMENTALS OF THE THEORY AND METHODOLOGY OF THE CHOSEN SPORT (WEIGHTLIFTING)

1.	Name of the discipline	Fundamentals of the theory and methodology of the chosen sport (weightlifting)
2.	The content of the discipline	General fundamentals of the theory of weightlifting Physical abilities and mental qualities of weightlifters Fundamentals of teaching methods and organization of the training process in weightlifting Weightlifter's sports training The system of sports selection in weightlifting The technique of mastering the skills of a coach in weightlifting The content of types of training in weightlifting
3.	Emerging competencies	Master the terms and concepts, knowledge of the history and current state of weightlifting, the rules of sports competitions in weightlifting, navigate and use knowledge about the methods of developing physical qualities, teaching techniques and tactics, planning training and competitive processes in weightlifting
4.	Learning outcomes (to know, to be able, to have a skill)	**to know:** the history, current state and development trends of weightlifting; rules of weightlifting sports competitions; principles, means and methods of training and improvement of weightlifting techniques and tactics; the structure and functions of international and national, State and non-state governing bodies; classification, methods of organizing and conducting weightlifting sports competitions; the content of documents regulating the work of sports and recreation camps; **be able to:** carry out injury prevention, provide first aid; to have a directed effect on the development of physical qualities; analyze the technique and tactics of weightlifting exercises; to teach the technique and tactics of weightlifting exercises; perform technical techniques and tactical actions in weightlifting; organize sports competitions; to judge sports competitions; to implement specialized competence in the practical activity of a coach; plan, organize, control and adjust the sports training of weightlifters of various qualifications; interact with specialists in related fields; **have a skill:** the terms and concepts used in weightlifting; methods for the development of physical qualities, training in the technique and

		tactics of weightlifting; insurance and assistance methods; the methodology and skills of judging sports competitions
5.	Semester of study, specialty	1-2, specialty 6-05-1012-02 "Coaching (weightlifting)"
6.	Prerequisites	To study the academic discipline "Fundamentals of theory and methodology of a chosen sport", knowledge is needed in the following academic disciplines: "Gymnastics and teaching methods", "Fundamentals of theory and methodology of a chosen sport" (types of wrestling)
7.	Labor intensity in credits	24
8.	Number of classroom hours	The distribution of classroom time (360 hours) for full–time students: lectures – 40 hours, practical classes – 280 hours, seminars - 40 hours. Distribution of classroom time (90 hours) for correspondence students: lectures – 10 hours, practical classes – 70 hours, seminars – 10 hours
9.	Requirements for current and intermediate certification	Intermediate certification is conducted at least once a semester. Marks of at least 4 (four) points are positive. Marks 1 (one), 2 (two), 3 (three) are unsatisfactory. The results of the intermediate certification of students in the form of a credit are evaluated with the marks "credited", "not credited". The mark "credited" is positive, the mark "not credited" is unsatisfactory. Forms of intermediate certification of students – tests (1st, 3rd semesters), exams (2nd, 4th semesters)