

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Оборудование для проведения занятий

**Учебная аудитория (246)** для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

**Специализированный фехтовальный зал (231)** для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков		5
3	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования двигательных качеств и специализированность их проявлений в фехтовании»		5
4	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений с направленностью на совершенствование двигательных качеств» (по заданию преподавателя)		5
5	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для тестирования двигательных качеств у юных фехтовальщиков» (по заданию преподавателя)		5
6	Письменная работа на тему «Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки»		5
7	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам передвижения в видах фехтования		5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения подготовительной и основной частей тренировочного занятия		5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

9	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части урока» (по заданию преподавателя).		5
10	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения основной части урока» (по заданию преподавателя).		5
11	Выполнение практических заданий по организации и проведению соревнований по фехтованию		5
12	Выполнение функций арбитра на соревнованиях по фехтованию		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

#### *Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Подготовка презентации по теме пропущенного занятия	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования техники приемов передвижения и управления оружием в фехтовании</i>		5
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером (по заданию преподавателя)</i>		5
4	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на рапирах»</i>		5
5	<i>Учебная практика в проведении основной части тренировочного занятия (по заданию преподавателя)</i>		5
6	<i>Письменная работа на тему «Факторы, влияющие на психическую сферу фехтовальщика и определяющие степень напряженности выполняемой нагрузки»</i>		5
7	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на шпагах»</i>		5
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах</i>		5
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения тренировочных занятий по обучению фехтованию на рапирах и шпагах</i>		5
10	<i>Письменная работа на тему «Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков».</i>		5
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению тестирования технико-тактической</i>		5



	<i>подготовленности</i>		
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием различных форм организации тренировочного процесса с юными фехтовальщиками</i>		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### ***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования тактики ведения соревновательной деятельности в фехтовании</i>		5
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам применения боевых действий (по заданию преподавателя)</i>		5
4	<i>Письменная работа на тему «Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков»</i>		5
5	<i>Учебная практика в подготовке и проведении тренировочных занятий на основе организационно-методических положений построения тренировки фехтовальщиков (по заданию преподавателя)</i>		5
6	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на саблях»</i>		5
7	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой передвижения и управления оружием в видах фехтования</i>		
8	<i>Письменная работа на тему «Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности»</i>		5
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по обучению фехтованию на рапирах</i>		5
10	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных</i>		5

	<i>уроков по обучению фехтованию на саблях</i>		
11	<i>Выполнение практических заданий по составлению конспектов, организации и проведению индивидуальных уроков</i>		5
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием результатов научных исследований для оценки уровня подготовленности юных фехтовальщиков</i>		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### **Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Письменная работа на тему «Управление подготовкой квалифицированных фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе спортивной специализации</i>		5
5	<i>Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства</i>		5
6	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой в индивидуальных уроках с применением различных методов технико-тактического совершенствования</i>		5
7	<i>Письменная работа на тему «Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию»</i>		5
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки технико-тактической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		5
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки психической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		5
10	<i>Выполнение практических заданий по оценке технико-тактической оснащенности квалифицированных фехтовальщиков</i>		10
11	<i>Выполнение практических заданий по оценке</i>		10

	<i>психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### ***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ**  
**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 – «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение)*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

**1. Общая трудоемкость дисциплины** составляет – **20 зачетных единиц, 740 академических часов** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часов, самостоятельная работа – 604 часа).

**2. Семестры освоения дисциплины:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры.

### **3. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

### **4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

– способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8).

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду профессиональной деятельности, на который ориентирована программа бакалавриата:

*тренерская деятельность:*

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10);

– способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями (ПК-14);

– способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).



## 5. Краткое содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

### Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>							
		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			4	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			2	20		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			4	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			2	10		
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			2	10		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок			2	10		
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и			2	10		

	упражнений в основной части занятия						
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			2	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>3</b>					
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			4	15		
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			2	15		
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			2	20		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			2	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			2	20		
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			4	20		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков.			4	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>		<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>5</b>					
16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения.			2	10		

	Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования					
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			2	10	
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			2	20	
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			4	22	
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>	
	<b>Промежуточная аттестация</b>					
		<b>6</b>				
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			4	15	
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			2	15	
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			4	32	
	<b>Итого за семестр</b>			<b>4</b>	<b>62</b>	
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>					
		<b>7</b>				
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			4	20	
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			4	20	
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			2	22	
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>	
	<b>Промежуточная аттестация</b>					

		<b>8</b>					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			4	20		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			4	20		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			2	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 – «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Составители:

**Рыжкова Лариса Геннадьевна**, доктор педагогических наук, доцент,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Мовшович Алек Давыдович**, доктор педагогических наук, профессор,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Сидорова Валентина Васильевна**, кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального цикла вариативной части учебного плана (Б1.В.ОД.16).

Настоящая программа взаимосвязана с конкретными направлениями будущей профессиональной деятельности выпускника, предусматривает возможности для студента в течение периода обучения творчески интегрировать, лично присваивать полученные знания и умения из других дисциплин учебных циклов:

- гуманитарного, социального и экономического;
- математического и естественно-научного.

Интеграция знаний учебной дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» и дисциплин основной образовательной программы бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

Дальнейшее освоение дисциплины осуществляется поэтапно и базируется на «входных» знаниях, умениях и навыках, приобретенных по дисциплинам,

освоение которых предусмотрено основной образовательной программой в предшествующие годы обучения.

*Дополнительно в данном разделе дается описание логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП (ОПОП) (дисциплинами (модулями), практиками, научными исследованиями) отдельно для каждой формы обучения.*

*Указываются дисциплины (модули), практики и научные исследования, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее/последующие в соответствии с этапами формирования компетенций.*



**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  
«Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»,  
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i>			1
	– Двигательные качества и их проявления в соревновательной деятельности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Проводить подготовительную часть тренировочного занятия с использованием упражнений из базовых видов спорта			
	<i>Знать:</i>			2
	– Взаимосвязь поставленных задач и содержания тренировочного занятия			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Составлять план-конспект подготовительной части тренировочного занятия – Составлять план-конспект основной части тренировочного занятия			
	<i>Знать:</i>			4
	– Методы проведения занятий, используемые в тренировке юных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Составлять комплекс упражнений для обучения и совершенствования приемов и действий у фехтовальщиков – Организовывать и применять в тренировочных занятиях парные упражнения			
	<i>Владеть:</i>			4
	– Навыками проведения тренировочного занятия с юными фехтовальщиками			
	<i>Знать:</i>			7
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков тренера с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Уметь:</i>			7

	– Составлять комплекс упражнений для решения определенных задач в индивидуальном уроке – Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Навыками точной оценки уровня подготовленности занимающихся для корректного подбора упражнений в индивидуальном уроке			
<b>ОПК-3</b>	<i>Знать:</i>			1
	– Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование быстроты, силы, гибкости, ловкости и выносливости – Составлять комплексы упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых способностей у юных фехтовальщиков – Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование специальной ловкости и гибкости у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			2
	– Методики обучения приемам передвижения в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>			2
	– Навыками проведения групповых тренировочных занятий, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			3
	– Методы обучения и совершенствования техники приемов передвижения и владения оружием в фехтовании			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих обучать технике выполнения приемов передвижений и владения оружием – Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих совершенствовать технику выполнения приемов передвижений и владения оружием			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками проведения групповых занятий с использованием в парных упражнениях, направленных на обучение и совершенствование техники выполнения приемов передвижений и владения оружием			

	<i>Знать:</i>			5
	– Специфику тактической тренировки в фехтовании – Особенности проявления тактических умений в соревновательных боях фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Составлять комплексы парных упражнений, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками проведения парных упражнений и оперативной коррекции в обучении тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Взаимодействовать с оружием спортсмена во время проведения индивидуального урока – Правильно подбирать дистанцию для начала и завершения схватки при выполнении избранного действия в заданной ситуации в индивидуальном уроке			
	<i>Владеть:</i>			7
	– Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации – Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации			
	<i>Уметь:</i>			9
	– Управлять состоянием и воздействовать на психо-эмоциональную сферу спортсменов для обеспечения эффективной соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>			9
	– Навыками управления состоянием спортсменов в тренировках и на соревнованиях			
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i>			1
	– Средства и методы развития двигательных качеств и особенности их проявления при совершенствовании приемов нападения и маневрирования у фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			1
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на специализирование двигательных качеств, позволяющих совершенствовать приемы нападения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			2
	– Критерии оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков – Методики, позволяющие оценить уровень двигательной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			2
	– Применять методики и упражнения для оценки			

	двигательной подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>			2
	– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			5
	– Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Применять методики для оценки технико-тактической подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>			5
	– Навыками оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков для своевременной коррекции содержания тренировочного процесса			
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i>			3
	– Особенности организации и проведения соревнований по фехтованию – Технологии судейства соревновательных боев по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Составлять Положение о соревновании – Распределять обязанности между судьями на соревнованиях в предварительном туре и туре прямого выбывания			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками организации и проведения соревнований, осуществлять судейство соревновательных боев			
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i>			7
	– Методики научных исследований для реализации системы отбора и спортивной ориентации в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			7
	– Применять современные методики оценки уровня подготовленности с использованием психодиагностики и двигательных тестов			
	<i>Знать:</i>			9
	– Особенности организации и проведения научных исследований для оценки подготовленности спортсменов для отбора и комплектования сборных команд в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>			9
	– Применять современные методики для точной оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков – Применять современные методики для точной оценки психической подготовленности фехтовальщиков – Применять современные методики для точной оценки двигательной подготовленности фехтовальщиков			

	<i>Владеть:</i>			9
	– Навыками точной оценки уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	– Навыками точной оценки уровня психической подготовленности фехтовальщиков			
	– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков			
<b>ПК-11</b>	<i>Знать:</i>			5
	– Разновидности форм организации и проведения тренировочных занятий в подготовке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			5
	– Подбирать упражнения в соответствии с особенностями контингента занимающихся фехтовальщиков			
	– Использовать разнообразные формы организации тренировочных занятий фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>			6
	– Организационно-методические основы построения тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Применять средства и методы тренировки фехтовальщиков с учетом этапа и периода годового цикла подготовки			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками применения средств и методов тренировки фехтовальщиков в различные периоды годового цикла подготовки			
	<i>Знать:</i>			8
	– Особенности планирования тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Планировать тренировки фехтовальщиков высшей квалификации с учетом календаря соревнований			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Навыками управления подготовкой фехтовальщиков высшей квалификации			
<b>ПК-14</b>	<i>Знать:</i>			3
	– Специфические особенности фехтования на рапирах			
	– Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на рапирах			
	<i>Уметь:</i>			3
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Владеть:</i>			3
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Знать:</i>			4

	– Специфические особенности фехтования на шпагах – Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на шпагах			
	<i>Уметь:</i>			4
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Владеть:</i>			4
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Знать:</i>			6
	– Специфические особенности фехтования на рапирах – Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на саблях			
	<i>Уметь:</i>			6
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Владеть:</i>			6
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Знать:</i>			8
	– Методы универсализации технико-тактического оснащения квалифицированных фехтовальщиков – Методы индивидуализации технико-тактической подготовки квалифицированных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Выявлять недостатки в технико-тактическом оснащении квалифицированных фехтовальщиков для последующей универсализации и индивидуализации их подготовки			
	<i>Владеть:</i>			8
	– Методами технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков с направленностью на универсализацию и индивидуализацию их подготовки			
<b>ПК-15</b>	<i>Знать:</i>			8
	– Особенности методов технико-тактического совершенствования для своевременной оценки и анализа результатов тренировочной деятельности – Механизмы оценки индивидуальной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>			8
	– Осуществлять самоконтроль технико-тактической подготовленности фехтовальщиками по результатам индивидуальной спортивной деятельности			
	<i>Уметь:</i>			9
	– Осуществлять педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков – Анализировать и своевременно корректировать планы			

подготовки фехтовальщиков			
<i>Владеть:</i>			9
– Навыками педагогического контроля технико-тактической подготовленности и оценки результатов спортивной деятельности фехтовальщиков для своевременной коррекции тренировочных планов			

*Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.*

*Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).*

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет  
 – **20 зачетных единиц, 720 часов** (экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 575 часов).

##### Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			2	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			4	20		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			4	22		
<b>Итого за семестр</b>				<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			2	10		
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			2	10		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления			2	10		



	ошибок						
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия			4	16		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>6</b>	<b>46</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>3</b>					
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			4	24		
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			2	26		
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			4	30		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>80</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			2	20		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			4	20		
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			4	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>5</b>					
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			4	8		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков.			2	8		

16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования			4	10		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>26</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			4	2		
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			2	2		
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			4	4		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>8</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>7</b>					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			4	20		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			4	30		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			2	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>8</b>					
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			4	20		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			4	20		

25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			2	10		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>46</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>9</b>					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			4	10		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			10	30		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>20</b>	<b>52</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов:</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

### ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### *1. Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков*

##### *Практические занятия*

Составление комплексов упражнений и их практическое проведение с задачей совершенствования скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости, гибкости и выносливости. Использование поточного, серийного и других методов выполнения упражнений для совершенствования двигательных качеств. Освоение методов тестирования уровня физической подготовленности.

Педагогические умения и навыки группового и индивидуального совершенствования быстроты, скоростно-силовых способностей, ловкости, гибкости и выносливости.

#### *2. Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы*

### *Практические занятия*

Освоение методов специализации быстроты, скоростно-силовых качеств в работе с группой, самостоятельно и у мишени.

Средства для специализации выносливости. Методы совершенствования аэробных и анаэробных механизмов структуре специальной выносливости фехтовальщиков. Фехтовальная ловкость и методы ее совершенствования.

### **3. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств**

#### *Практические занятия*

Освоение практических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование и специализацию быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости и гибкости у начинающих.

Проведение тестирования двигательных качеств у начинающих фехтовальщиков (этап начальной специализации).

Составление конспектов основной части урока, включающих проведение упражнений, специализирующих двигательные качества, пространственную точность движений и целевую точность уколов в мишень.

Освоение методик проведения индивидуальных и групповых занятий по двигательной подготовке (выполняемых самостоятельно, по команде или по сигналу, серийно, «поточно») с квалифицированными фехтовальщиками.

### **4. Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков.**

#### **Методики и упражнения**

#### *Практические занятия*

Ознакомление с упражнениями для тестирования скоростно-силовых качеств (Тройной прыжок с места, высота выпрыгивания, челночный бег 4x15м, прыжок в длину с места). Практическое освоение упражнений и педагогических навыков тестирования.

Тестирование быстроты (бег 15-20 м с низкого старта, ускорение с заданного рубежа и финиш через 15 м, теппинг-тест).

Методы исследования ловкости и практическое применение тестов (бег на короткие отрезки из различных исходных положений), челночный бег 4x5 м.; преодоление отрезков, требующих проявлений ловкости (равновесие, переползание, бег) на время.

Практическое освоение методов тестирования выносливости (челночный бег на 20 м в течение одной минуты, бег на средние дистанции).

### **5. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки**

#### *Практические занятия*

Разбор типовых приемов фехтования (основные положения, передвижения, приемы игры оружием, способы воздействий на оружие), разновидностей атак, защит с ответом, контратак в условиях ведения учебного

боя. Фехтовальный темп как критерий оценки атак по способу выполнения. Разновидности атак, различающиеся моментом выполнения и их практическая интерпретация. Разбор «права атаки» и «права ответа», обсуждение и практическое моделирование выделенных ситуаций боя и оценка их эффективности арбитром.

#### ***6. Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок***

##### *Практические занятия*

Практическое проведение комплексов упражнений, в соответствии типовой последовательностью обучения отдельному приему: ознакомление, разучивание, совершенствование. Комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приемов и комбинаций приемов передвижения. Подводящие упражнения и упражнения, предупреждающие появление ошибочных движений.

Педагогические навыки выявления ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

Подбор упражнений, направленных на исправление ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

#### ***7. Педагогические навыки составления конспекта тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия***

##### *Практические занятия*

Проведение разминки и упражнений в основной части урока.

Разработка конспектов и состава упражнений в соответствии с педагогическими задачами ознакомления с приемом, разучивания и совершенствования. Их практическая реализация в рамках спортивно-педагогического совершенствования студентов специализации.

Составление конспектов отдельных частей группового занятия по заданию преподавателя. Практическое проведение подготовительной и основной частей занятий по составленному конспекту.

## **ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### ***8. Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра***

##### *Практические занятия*

Составление положения о соревнованиях.

Подготовка документации для проведения соревнований. Проведение жеребьевки в личных и командных первенствах. Распределение судей с учетом региональной принадлежности спортсменов. Информация в процессе проведения соревнований. Подведение итогов соревнований.

Практика в организации и проведении соревнований. Практика судейства, выполнения обязанностей главного судьи, главного секретаря, судьи на дорожке.

Практическое освоение технологии судейства в роли арбитра на дорожке. Последовательность разбора фехтовальных фраз, терминология судейства, в том числе французская.

### ***9. Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования.***

#### ***Проведение разновидностей упражнений с партнером***

##### ***Практические занятия***

Подбор и проведение комплексов упражнений, способствующих совершенствованию:

- основных положений и техники передвижений;
- приемов и действий в ситуациях выполнения на обусловленный зрительный или тактильный сигнал;
- действий в ситуациях взаимоисключающего выбора между средствами единоборства;
- нападений при выборе открывающегося сектора;
- защит в ситуациях выбора противодействия нападению;
- защит и атак на подготовку при противодействии простым атакам и подготавливающим сближениям;
- защит и контратак при противодействии нападениям различной продолжительности;
- действий в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим;
- переключений от нападений к защитам;
- переключений от неудавшейся защиты к повторной защите;
- переключений от одного нападения к другому;
- переключений от защит к нападениям;
- переключений от нападения в определенный сектор к уколу (удару) в открывающийся сектор;
- действий в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью;
- действий при изменениях дистанции;
- действий при изменениях времени начала схватки;
- действий при изменениях параметров взаимодействия оружием;
- действий в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

### ***10. Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики***

#### ***фехтования на рапирах***

##### ***Практические занятия***

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на рапирах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений рапириста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколом в туловище внутрь и снаружи, уколом прямо, переводом;
- атак с финтом, с действием на оружие, комбинированных;
- защит клинком, стоя на месте, с отступлением, со сближением;
- ответов прямо, переводом и с оппозицией;
- контратак в различные секторы поражаемой поверхности, уколом с оппозицией;
- атак с действием на оружие;
- защит и комбинаций защит оружием с ответом.

### ***11. Освоение методики подготовки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)***

#### *Практические занятия*

Освоение педагогических навыков проведения упражнений с партнером.

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока с использованием разновидностей парных упражнений:

- упражнений с взаимопомощью;
- взаимуроков;
- защитно-ответного единоборства («рипостной игры»);
- упражнений в «контрах» (обусловленных, необусловленных, с выбором);
- тренировочных боев с установками на совершенствование различных сторон подготовки.

Освоение методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером: точный показ, краткое объяснение условий выполнения приема и его тактических намерений для применения в условиях боя.

Освоение методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений; игровой и соревновательный методы проведения упражнений в групповом уроке с юными фехтовальщиками.

### ***12. Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок***

#### *Практические занятия*

Овладение педагогическими навыками создания психологических предпосылок для ускорения процесса совершенствования технико-тактического мастерства фехтовальщика, формирующихся на основе:

- освоения взаимосвязей между определенными действиями (особенно с альтернативными тактическими задачами) и их учет при выборе тактических намерений;

- формирования тактической инициативы;

- создания надежности проявлений достигнутого уровня специализированных умений;

- осознания реальной оснащенности средствами ведения боя и резервов расширения их состава;

- варьирования содержания и направленности индивидуальных уроков;

- приспособления к условиям деятельности в боях и соревнованиях;

- специализации разновидностей двигательной реакции, свойств внимания, памяти, мышления и личностных качеств.

Составление комплексов и проведение упражнений с партнером, способствующих повышению уровня проявлений:

- свойств внимания;

- пространственно-временной точности движений по моменту их начала, исходной дистанции, амплитуде и ритму выполнения.

### ***13. Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах***

#### ***Практические занятия***

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на шпагах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколом внутрь и кнаружи в руку и туловище с соблюдением линии оппозиции;

- защит клинком и гардой, стоя на месте и в сочетании с передвижениями;

- ответов прямо, переводом и с оппозицией;

- контратак и сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности, уколов с оппозицией;

- атак с действием на оружие;

- защит и комбинаций различных движений оружием;

- ответов с оппозицией.

## **ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***14. Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки***



### *Практические занятия*

Разбор технических и тактических критериев оценки подготовленности в видах фехтования на основе реального наблюдения за соревновательными поединками.

Моделирование ситуаций с различными характеристиками, отражающими уровень квалификации в видах фехтования.

Реализация в тренировочных боях действий, имеющих значимость при оценке уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщика.

Освоение навыков проведения педагогических наблюдений, графической и видеозаписи соревновательных поединков с анализом соответствия полученных показателей уровню технико-тактической подготовленности.

## **15. *Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков различного возраста:

- групповой урок;
- индивидуальный урок;
- боевая практика;
- занятия по физической и теоретической подготовке;
- контрольные и официальные соревнования.

Освоение методики проведения частей урока.

Составление планов-конспектов и проведение подготовительной части урока (с упражнениями без партнера, с партнером, на подсобных снарядах).

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока (по обучению технике и тактике фехтования).

Составление планов-конспектов и проведение заключительной части урока (с подбором упражнений, способствующих снижению психо-эмоционального напряжения у занимающихся).

## **16. *Тактика фехтования. *Тактическая тренировка и тактические умения.****

### ***Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования***

#### *Практические занятия*

Подбор комплексов упражнений, способствующих развитию тактических навыков и умений фехтовальщика, и проведению их на занятиях: упражнения на точность и на скорость, выбор дистанции для проведения конкретного действия, выбор времени для наиболее успешного нанесения укола (удара), выбор дистанции для применения подготавливаемых действий перед простой атакой или перед защитой.

Освоение педагогических навыков проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления по оценке пространственных и временных параметров действий, своих и

противника, вариативному выполнению боевых действий фехтовальщиками и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на противодействие противникам, использующим различные модели ведения боя, и их применение на тренировочных занятиях.

### ***17. Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков***

#### ***Практические занятия***

Освоение навыков наблюдения за действиями противников в бою, развитие способности осмысливать увиденное для решения тактических задач в поединке, распознавание намерений противника.

Составление плана боя и умение выполнять действия в бою согласно плану. Практическое освоение методик, подводящих спортсмена к выполнению приемов по заданию.

Совершенствование способностей отслеживать взаимосвязи между определенными действиями и их учет при выборе упражнений для решения поставленных тактических задач.

Составление комплекса упражнений, направленных на развитие интеллектуальных способностей фехтовальщика (взаимосвязь всех сторон подготовки спортсмена, методика построения занятий для групп различной квалификации).

### ***18. Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков***

#### ***Практические занятия***

Освоение педагогических навыков проведения различных форм занятий: группового урока, индивидуального урока, контрольные соревнования и др.

Совершенствование педагогических навыков определять типовую направленность урока (совершенствование состава и повышение результативности действий, подготовка к поединкам с конкретным противником, повторение базовых действий и т.п.) и умений применения различных форм выполнения упражнений.

Умение использовать различные специфические методы тренировки – без противника, с условным противником, с партнером, с противником.

### ***19. Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях***

#### ***Практические занятия***

Освоение базовых действий в фехтовании на саблях: нападение на противника стоя на месте, со сближением, координирование действий с различных дистанций. Техника удара сверху, справа, слева.

Практическое освоение педагогических навыков и использование методик, направленных на техническое выполнение атак с финтами. Практическое освоение атак, различающихся моментом и дистанцией для начала удара (укола).

Освоение защит с ответами простых и с финтом. Укол из положения «оружие в линии», тактическое обоснование контратак.

Практическое освоение навыков выявления ошибок в технике удара, выполнении атак и защит, умений исправлять замеченные ошибки.

## **ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***20. Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования***

#### *Практические занятия*

Выявление специфики тренерской техники при проведении индивидуального урока на различных видах оружия: положение туловища, движения оружием, передвижения, движения с различной амплитудой и темпом и др.

Освоение педагогических навыков применения методик, направленных на развитие тактических умений у спортсменов различной квалификации (повторение действий в заданной ситуации, нормирование количества выполняемых приемов, сочетание альтернативных действий, произвольное чередование взаимозаменяемых действий и др.).

Совершенствование педагогических навыков, направленных на выявление конкретной составляющей выполняемого приема (действия): моментная или ситуационная характеристика, техническая направленность, усвоение целесообразности применения действия и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на технико-тактическое совершенствование, используемых в индивидуальном уроке.

Освоение навыков составления конспекта индивидуального урока: подготовительная, основная и заключительная части.

### ***21. Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности***

#### *Практические занятия*

Применения типового состава действий и моделирование ситуационных компонентов их подготовки для реализации избранной методики технико-тактического совершенствования в уроке фехтования.

Моделирование тренером условий применения действий для совершенствования специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций: различать, переключаться, предвосхищать, сохранять устойчивость к рефлексорным помехам, не реагировать на стартовые движения в атаках противника.

Способы моделирования условий для создания у обучаемых устойчивости к рефлексорным помехам от действий оружием и передвижений тренера (партнера).

Индивидуализация выбора действий и ситуаций для их совершенствования у обучаемых, с учетом присущих им психических и двигательных свойств, а также уровня их специальной подготовленности.

Сохранение уровня техники владения оружием и выполнения передвижений у обучаемых на основе: объединения действий в комбинации; выполнения многоступенчатых схваток; повышения психической напряженности упражнений; усложнения идеомоторных представлений при выборе действий; реализации установок на вероятностный выбор действий в процессе схваток.

Выбор способов оперативного регулирования требований к специальной подготовленности фехтовальщиков за счет изменений в структурах и параметрах схваток.

## ***22. Методы научных исследований в теории и методике фехтования***

### ***Практические занятия***

Практическое освоение типовых методик исследования: нотационная запись боев, анкетирование.

Составление плана исследований, сбора научной информации, обработки полученных материалов (составление таблиц, схем, графиков), первичный анализ полученных данных, математическая обработка информации.

## ***23. Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами высшей квалификации***

### ***Практические занятия***

Составление перспективного четырехлетнего плана подготовки спортсменов высшей квалификации по фехтованию. Составление индивидуального плана тренировки спортсмена на годичный цикл. Анализ календаря соревнований и его учет при планировании подготовки спортсменов сборных команд.

Задачи и содержание тренировок по периодам и этапам подготовки. Объемы, интенсивность и психическая напряженность специализированных нагрузок.

Средства и методы физической, технико-тактической, функциональной, психологической подготовки, их взаимосвязи в отдельные периоды и этапы годичного цикла.

Построение недельных микроциклов тренировки на различных этапах подготовки.

## ***24. Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков***

### ***Практические занятия***

Практика в проведении парных упражнений и индивидуальных уроков с использованием методов технико-тактического совершенствования:

- метод повторения обусловленных действий в заданных ситуациях;
- метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий;
- метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований;
- метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях;
- метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий;
- метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий;
- метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке;
- метод моделирования вероятностной последовательности применения действий в бою;
- метод регулирования уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.

Составление конспектов, разбор и анализ комплексов упражнений с использованием методов технико-тактического совершенствования действий нападения и обороны со спортсменами различной квалификации.

## ***25. Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Практика в проведении разминки методом индивидуального урока.

Особенности индивидуальных уроков перед соревновательными боями с направленностью на расширение технико-тактического арсенала у фехтовальщиков. Универсализация в тренировке фехтовальщиков для обеспечения готовности к ведению боя, как в наступлении, так и в обороне.

Учет индивидуальных особенностей фехтовальщиков в их технико-тактическом совершенствовании. Тренировка спортсменов при подготовке к бою со знакомым соперником, с учетом его персональных данных, проявлений двигательных и психических качеств, излюбленной тактики ведения боя.

Практика проведения анализа соревновательных поединков и составления «портретов» известных квалифицированных фехтовальщиков на основе их индивидуальных характеристик.

## **ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

## ***26. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию***

### *Практические занятия*

Демонстрация управления занимающимися тренерами с различными стилями поведения: авторитарным, демократическим, либеральным.

Обсуждение положительных и отрицательных сторон стилей поведения тренеров.

Обсуждение требований к поведению тренера с учетом возрастных особенностей занимающихся: 8-10 лет; 11-13 лет; 14-16 лет; 17-20 лет; 20 лет и старше. Практика в проведении занятий с детьми различных возрастных групп. Особенности управления при проведении занятий в группах со смешанным возрастным контингентом.

### ***27. Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков***

#### *Практические занятия*

Составление плана работы комплексной группы исследователей, распределение между ними функциональных обязанностей для подготовки к оценке технико-тактического оснащения фехтовальщиков высокой квалификации. Применение видеозаписи соревновательных боев, нотационно-графическая расшифровка разновидностей применяемых действий. Оперативная обработка полученных результатов. Коррекции в выборе моделей ведения боя с персональными соперниками.

Применение психодиагностических методов для оценки состояния психоэмоциональной сферы у фехтовальщиков. Оперативный анализ уровня психической напряженности выполняемых спортсменами специализированных заданий, коррекции в их объемах и интенсивности.

Распределение обязанностей в группе исследователей и практическое применение методик для оценки двигательной подготовленности и специальной работоспособности фехтовальщиков.

### ***28. Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков***

#### *Практические занятия*

Просмотр и анализ видеозаписей сильнейших фехтовальщиков России и зарубежных мастеров, расшифровка и сопоставление показателей применения действий в поединках.

Составление досье на определенных членов команд по видам фехтования.

Составление практических рекомендаций для фехтовальщиков с учетом объемов применения и результативности действий в соревновательных поединках.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### ***Балльная система контроля обучения***

Балльная система контроля успеваемости студентов является одним из компонентов системы зачетных единиц. Балльная система позволяет стимулировать систематическую учебную деятельность студентов на протяжении всего учебного года и обеспечивает контроль за этой деятельностью, а также стимулирует творческую активность студентов, их самостоятельную работу.

Балльная система предусматривает наличие рубежного (экзамен, зачет) и текущего (участие в семинарах, выполнение домашних заданий, контрольных работ, компьютерное тестирование, подготовка и защита рефератов и т. п.) контроля успеваемости. Составной частью текущего контроля является контроль за посещаемостью учебных занятий. Данная система не касается итогового контроля – итоговой государственной аттестации.

Итоговая оценка за весь период изучения дисциплины или этап изучения, завершающийся зачетом или экзаменом, выражается суммой полученных баллов (по 100-бальной шкале). Студент набирает баллы на каждом виде текущего контроля, включая посещение учебных занятий, и рубежного контроля.

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы, полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

Удельный вес в общей оценке успеваемости различных видов рубежного контроля должен различаться. Так за отличную сдачу экзамена начисляется 30 баллов, сдача на четверку соответствует 20 баллам, на тройку – 10, за сдачу зачета – до 20 баллов.

При разработке и реализации балльной системы оценки успеваемости установлены виды текущего контроля и их «стоимость» в баллах, с указанием перечня видов текущего контроля, сроках и форме их проведения, количестве начисляемых баллов, которые представлены в Информационных справках.

Баллы за посещение занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение занятий суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.

По каждому виду учебной работы максимальное количество баллов выставляется при условии выполнения его на «отлично».

При неудовлетворительной оценке за выполнение какого-либо вида текущего контроля баллы не начисляются. Набранная сумма баллов используется для определения итоговой оценки.

### *Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля*

№ п/п	Виды текущего контроля	Максимальное число баллов	Сроки проведения
1	Посещение учебных занятий	15	Весь период
2	Выступление на семинаре	15	
3	Написание реферата	20	
4	Подготовка конспекта тренировочного занятия (индивидуальных уроков)	15	
5	Участие в обсуждении вопросов по изучаемой теме	15	
6	Сдача зачета / экзамена	20 / 30	

В экзаменационные ведомости заносятся оценки, как по пятибалльной системе, так и по шкале ECTS.

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е.  $\geq 61$ . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

Бальная система контроля успеваемости студентов предусматривает не только дифференцированную оценку различных видов учебной работы, но и соблюдение сроков их выполнения.

Студент, без уважительной причины не выполнивший контрольные задания и не набравший минимальное количество баллов, необходимых для получения зачета или экзаменационной оценки по окончании изучения дисциплины, может быть допущен к повторному ее изучению на коммерческой основе. При его отказе от этого или при повторном получении неудовлетворительной оценки он подлежит отчислению из университета.

#### **5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационных справках по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины)**

##### ***Цель и задачи текущего контроля***

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).



2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

Главная **цель** текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей.

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда **актуальных задач** обучения:

- интенсивное выявление индивидуальных особенностей;
- оперативное определение материала, требующего доработки;
- стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль);
- повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

**Функции** текущего контроля:

- содействует более оперативному выявлению «отстающих» обучаемых для надлежащего реагирования;
- оптимизирует индивидуальные занятия;
- рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

2. На каждом занятии необходимо отводить время для проверки знаний и навыков студентов по пройденному материалу и усвоения изучаемой темы.

3. Текущим контролем должно быть охвачено как можно больше обучаемых с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

Улучшение изучения обучаемых является не перегрузкой, а минимально необходимым условием эффективности любого обучения.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 1-м курсе***

1. Проведение тренировочных занятий по программе ДЮСШ для групп начальной подготовки юных фехтовальщиков:
  - 1.1. Занятия по ОФП.
  - 1.2. Упражнения для освоения техники приемов.
  - 1.3. Упражнения для освоения тактических умений.
  - 1.4. Упражнения, проводимые в форме индивидуального урока.
2. Написание положения о соревнованиях по фехтованию в соответствии с предложенной преподавателем структурой.
3. Составление сметы на проведение соревнований по фехтованию.
4. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе***

1. Основы техники фехтования. Краткая характеристика соревновательной деятельности.
2. Характеристика двигательных качеств фехтовальщика.
3. Особенности проведения упражнений без партнера.
4. Типовые ошибки и их предупреждение при обучении боевой стойки и приемов нападения и маневрирования у начинающих фехтовальщиков.
5. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и juniоров по фехтованию (юноши и девушки).
6. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации.
7. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки.
8. Методика предупреждения, выявления и исправления ошибок при обучении и совершенствовании действий фехтовальщиков.
9. Состав типовых приемов в фехтовании. Фехтовальный темп, как основа системы оценки фехтовальных приемов. Приемы и действия.
10. Тактическая характеристика действий в фехтовании. Разновидности атак, защит с ответом и контратак.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе***

1. Групповой урок в фехтовании. Составные части и педагогические задачи.
  - 1.1. Проведение подготовительной части урока.
  - 1.2. Проведение основной части урока.
  - 1.3. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на рапирах.
  - 1.4. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на шпагах.
  - 1.5. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах.

- 1.6. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах
2. Разработка положения о соревновании. Подготовка к проведению соревнований по фехтованию.
3. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе***

1. Группы начальной подготовки в системе ДЮСШ. Наполняемость групп, отбор и планирование подготовки в годичном цикле.
2. Техничко-тактическая характеристика фехтования на рапирах и шпагах.
3. Подготавливающие действия в поединках фехтовальщиков.
4. Специальные умения, основанные на проявлении двигательных реакций.
5. Особенности техники фехтования на шпагах. Типовые ошибки при выполнении нападений в верхний сектор.
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными фехтовальщиками.
7. Содержание и направленность тренировки в тренировочных группах ДЮСШ.
8. Современные методы оценки и анализа эффективности действий в поединках фехтовальщиков.
9. Психические качества фехтовальщика и их проявление в соревновательной деятельности.
10. Характеристика основных методов исследования, используемых в теории и методике фехтования.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе***

1. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на саблях.
2. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на саблях.
3. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на рапирах.
4. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на шпагах.
5. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на саблях.
6. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях боя.
7. Изучение методов научных исследований в теории и методике фехтования.
8. Изучение основ планирования, управления тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации.

9. Изучение методов универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков.
10. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе***

1. Техничко-тактическая характеристика фехтования на саблях.
2. Тренировочные бои в тренировке фехтовальщиков на саблях.
3. Методы тренировки в видах фехтования с учетом контингента занимающихся.
4. Формы организации занятий и проведения упражнений в тренировке фехтовальщиков.
5. Тактические умения на возрастных этапах подготовки фехтовальщиков.
6. Последовательность освоения отдельного приема в тренировке фехтовальщиков.
7. Выносливость и особенности ее проявления в многоступенчатых соревнованиях по фехтованию.
8. Содержание интеллектуальной подготовки фехтовальщика.
9. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединках фехтовальщиков.
10. Тренировочные нагрузки, используемые для планирования подготовки фехтовальщиков в годичном цикле, их динамика по этапам годичного цикла тренировки.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 4-м курсе***

1. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе начальной специализации.
2. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе углубленной специализации.
3. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Анализ структуры и содержания индивидуальных уроков с квалифицированными фехтовальщиками в различные периоды подготовки.
5. Совершенствование действий в безальтернативных ситуациях.
6. Совершенствование действий в ситуациях альтернативного выбора.
7. Совершенствование действий с установкой на их чередование в обусловленной ситуации.
8. Совершенствование действий в ситуации предвосхищения траектории движения оружия обороняющегося противника.
9. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях боя.

10. Проведение оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе***

1. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на рапирах.
2. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на шпагах.
3. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на саблях.
4. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на рапирах.
5. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на шпагах.
6. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на саблях.
7. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации.
8. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации.
9. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства.
10. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе высшего спортивного мастерства.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 5-м курсе***

1. Выбор состава эффективных двигательных действий и учет функциональных основ их совершенствования в системе специальной тренировки фехтовальщиков.
2. Планируемое содержание и методики технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков.
3. Регулирование объемов, интенсивности и психической напряженности избираемых упражнений, боевой практики и соревнований.
4. Полисоревновательное построение годичных циклов спортивной тренировки фехтовальщиков.
5. Объективные и педагогические критерии в оценках тренированности фехтовальщиков.
6. Универсализация тренировки квалифицированных фехтовальщиков.
7. Индивидуализация тренировки квалифицированных фехтовальщиков.
8. Разработка планов мероприятий по проведению тестирования двигательных качеств квалифицированных фехтовальщиков.

9. Разработка планов мероприятий по оценке технико-тактической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков.

10. Разработка планов мероприятий по психодиагностике спортивной подготовленности в процессе подготовки к главному старту сезона.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 5-м курсе***

1. Управление подготовкой фехтовальщиков. Виды и особенности планирования с учетом полисоревновательности в системе тренировки фехтовальщиков.

2. Характеристика составляющих профессионально-педагогической деятельности тренера по фехтованию.

3. Средства и методы релаксации после значительных соревновательных нагрузок.

4. Опорные признаки индивидуализации технико-тактического оснащения фехтовальщиков.

5. Построение моделей соревновательной деятельности с учетом персональных особенностей противника в предстоящем бою.

6. Тактические основы ведения боя.

7. Травматизм во время тренировки и соревнований по фехтованию. Меры предупреждения травматизма.

8. Средства педагогического контроля соревновательной деятельности фехтовальщиков.

9. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию.

10. Стартовые состояния фехтовальщиков. Средства и методы регуляции предстартовых состояний.

## **5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### ***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе***

1. Состав технических приемов фехтования, их систематика.

2. Динамические и кинематические характеристики выполнения приема.

3. Пространственные, временные, силовые, ритмические характеристики выполнения приема.

4. Секторы поражаемой поверхности, понятие о фехтовальной линии, позиции и соединения.

5. Тактические термины: боевое действие, атака, защита, ответ, контратака.

6. Разновидности атак с учетом ситуационных и моментных характеристик их применения: основные, на подготовку, ответные, повторные.

7. Разновидности атак с учетом целевых и количественных характеристик взаимодействия с клинком противника: прямо, переводом, с финтами, с действием на оружие, комбинированные.

8. Разновидности подготавливающих действий: маневрирование, манипулирования клинком, имитации уколов (ударов) и отражений клинка, угрозы нанесения уколов (ударов), положение клинка «в линии».

9. Понятие о фехтовальном темпе и его значение в теории фехтования. Право атаки и ответа.

10. Понятия о приеме и действии в фехтовании.

11. Взаимосвязь техники и тактики в фехтовании.

12. Физическая подготовка, как важный раздел тренировочной деятельности.

13. Двигательные качества фехтовальщика.

14. Методы совершенствования быстроты.

15. Методы совершенствования скоростно-силовых способностей.

16. Методы совершенствования ловкости.

17. Методы совершенствования выносливости.

18. Методы совершенствования гибкости.

19. Различия в проявлениях общей и специальной быстроты в фехтовании.

20. Различия в проявлениях общей и специальной ловкости в фехтовании.

21. Различия в проявлениях общей и специальной гибкости в фехтовании.

22. Различия в проявлениях общей и специальной выносливости в фехтовании.

23. Методика составления комплексов упражнений, направленных на развитие двигательных качеств у юных фехтовальщиков.

24. Методика составления комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальных двигательных качеств фехтовальщиков.

25. Особенности применения методов совершенствования быстроты на различных этапах подготовки.

26. Особенности применения методов совершенствования скоростно-силовых способностей на различных этапах подготовки.

27. Особенности применения методов совершенствования ловкости на различных этапах подготовки.

28. Особенности применения методов совершенствования гибкости на различных этапах подготовки.

29. Особенности применения методов совершенствования выносливости на различных этапах подготовки.

30. Педагогические требования к объяснению и показу приема.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 2-м курсе***

1. Цели тренировки в фехтовании.
2. Частные задачи тренировки.
3. Компоненты содержания тренировки фехтовальщиков.
4. Особенности техники фехтования на рапирах.
5. Соотношения средств единоборства в фехтовании на рапирах.
6. Типовые ошибки в использовании приемов нападения и маневрирования.
7. Типовые ошибки при выполнении укола прямо, переводом.
8. Особенности техники фехтования на шпагах.
9. Анализ техники основных положений и передвижений шпажиста.
10. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.
11. Двигательная структура отдельного приема в фехтовании на шпагах.
12. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
13. Ошибки в технике выполнения приемов и действий в фехтовании на шпагах.
14. Методы исправления ошибок у фехтовальщиков на шпагах.
15. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
16. Особенности техники атак углом в различные секторы поражаемой поверхности.
17. Особенности техники защит: прямых, полукруговых, круговых.
18. Особенности защит клинком и гардой.
19. Особенности ответов прямо и переводом, с оппозицией.
20. Особенности ответов одной рукой, с полувыпадом, выпадом и «стрелой».
21. Особенности техники уколов в контратаках.
22. Особенности техники уколов в повторных и ответных атаках.
23. Особенности техники сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности.
24. Особенности техники атак с действием на оружие.
25. Особенности техники атак с оппозицией.
28. Особенности техники сложных защит сочетанием различных движений оружием.
29. Особенности техники ответов после защит уколом без оппозиции и с оппозицией.
30. Методика педагогических наблюдений с использованием записи соревновательных боев.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине***



### *для обучающихся на 3-м курсе*

1. Общая характеристика упражнений: подводящих, специально-подготовительных и соревновательных в тренировке.
2. Охарактеризовать методы тренировки, применяемые в фехтовании.
3. Рассказать о специфических методах тренировки в фехтовании.
4. Методы, используемые в фехтовании для совершенствования специализированных умений.
5. Методы для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования, используемые в фехтовании на саблях.
6. Методы, используемые в фехтовании на саблях для совершенствования различных компонентов техники.
7. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годичного цикла.
8. Методика составления комплекса упражнений, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реакций у фехтовальщиков на саблях.
9. Общая характеристика средств тактической подготовки фехтовальщиков.
10. Особенности проведения упражнений с партнером.
11. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование техники.
12. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование тактики.
13. Создание условий в индивидуальном уроке для проведения приемов, направленных на совершенствование специализированных умений.
14. Методика, используемая для формирования навыка наблюдения фехтовальщика за спортивными боями.
15. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
16. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.
17. Отличительные особенности проведения парных упражнений и индивидуального урока в фехтовании.
18. Специализирование двигательных качеств у фехтовальщика.
19. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояний, целевой точности.
20. Характеристика комплексных качеств у фехтовальщика, их развитие.
21. Комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию уровня мотивации на спортивные достижения.
22. Комплекс упражнений, направленный на специализирование двигательных реакций, внимания, мышления, идеомоторных представлений.
23. Компоненты психологической подготовки.
24. Упражнения для развития устойчивости к помехам.
25. Средства ликвидации барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию.

26. Определение уровня психологической подготовленности.
27. Характеристика форм и методов интеллектуальной подготовки.
28. Взаимосвязь интеллектуальной подготовки с другими сторонами подготовки.
29. Методика построения занятий в группах различной квалификации.
30. Методы исследования, используемые для оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 4-м курсе***

1. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на рапирах различного уровня подготовленности.
2. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на шпагах различного уровня подготовленности.
3. Общее и различия в содержании и проведении индивидуальных уроков с фехтовальщиками на саблях различного уровня подготовленности.
4. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на рапирах.
5. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на шпагах.
6. Особенности тренерской техники в индивидуальном уроке по фехтованию на саблях.
7. Координация в движениях ногами и вооруженной рукой у тренера по фехтованию.
8. Дистанционные и ритмические характеристики выполнения приемов передвижения и управления оружием у тренера в индивидуальном уроке.
9. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации.
10. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации.
11. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства.
12. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе высшего спортивного мастерства.
13. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений обусловленного выполнения действий.
14. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений применения действий с выбором в заданных ситуациях.
15. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений применения действий с предвосхищением момента начала действий в заданных ситуациях.

16. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование устойчивости к визуальным помехам при выполнении избранного действия в заданной ситуации.

17. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование устойчивости к вербальным помехам при выполнении избранного действия в заданной ситуации.

18. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе углубленной специализации в подготовке фехтовальщиков.

19. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе совершенствования спортивного мастерства в подготовке фехтовальщиков.

20. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе высшего спортивного мастерства в подготовке фехтовальщиков.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 5-м курсе***

1. Взаимодействие методов тренировки при подготовке к соревнованиям.

2. Оптимизация подбора средств и методов управления и технико-тактической подготовки.

3. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.

4. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.

5. Отличительные особенности проведения парных упражнений и индивидуального урока в фехтовании.

6. Специализирование двигательных качеств у фехтовальщика.

7. Характеристика комплексных качеств у фехтовальщика, их развитие.

8. Комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию уровня мотивации на спортивные достижения.

9. Комплекс упражнений, направленный на специализирование двигательных реакций, внимания, мышления, идеомоторных представлений в тренировке фехтовальщиков.

10. Компоненты психологической подготовки в тренировке фехтовальщиков.

11. Перспективное и годовое планирование тренировочного процесса в фехтовании.

12. Задачи и направления тренировочной работы по периодам в годовом цикле тренировки.

13. Организационные формы и содержание занятий на различных этапах подготовки.

14. Периоды тренировки. Характеристика циклов и этапов тренировки.

15. Тренировочная нагрузка фехтовальщиков, ее объемы, интенсивность и психическая напряженность нагрузки.
16. Утомление и восстановление в фехтовании.
17. Цикличность и периодизация тренировочного процесса фехтовальщиков.
18. Понятия о микроциклах, мезоциклах, макроциклах и мегациклах.
19. Показатели, используемые при планировании годового цикла.
20. Кривая психической напряженности.
21. Сочетание методов и средств специальной подготовки фехтовальщика в микроциклах тренировочного процесса.
22. Контроль за выполнением планов тренировки квалифицированными фехтовальщиками.
23. Индивидуальный план тренировки фехтовальщика и ведение дневника тренировки.
24. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам подготовки.
25. Виды планирования и их особенности. Принцип неразрывности видов планирования.
26. Характеристика перспективного планирования.
27. Характеристика текущего планирования.
28. Характеристика оперативного планирования.
29. Требования к планированию.
30. Методика планирования объема, интенсивности и характера тренировочных нагрузок.
31. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам и циклам.
32. Планирование спортивного результата, необходимого для достижения победы в главных соревнованиях сезона.
33. Учет возраста, спортивного стажа, состояния здоровья для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.
34. Учет морфофункциональных показателей, уровня физической и психической подготовленности для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.
35. Учет технической подготовленности и оснащенности средствами единоборства для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.
36. Учет тактической подготовленности для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.
37. Учет медико-биологических признаков функционального состояния для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.
38. Учет способностей восстанавливаться после физической и психической нагрузки для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

39. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации.

40. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации.

41. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе совершенствования спортивного мастерства.

42. Содержание индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе высшего спортивного мастерства.

43. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений обусловленного выполнения действий.

44. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений применения действий с выбором в заданных ситуациях.

45. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование тактических умений применения действий с предвосхищением момента начала действий в заданных ситуациях.

46. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование устойчивости к визуальным помехам при выполнении избранного действия в заданной ситуации.

47. Особенности индивидуального урока с тренером, направленного на формирование устойчивости к вербальным помехам при выполнении избранного действия в заданной ситуации.

48. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе углубленной специализации в подготовке фехтовальщиков.

49. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе совершенствования спортивного мастерства в подготовке фехтовальщиков.

50. Сочетание методов технико-тактического совершенствования в индивидуальном уроке с тренером на этапе высшего спортивного мастерства в подготовке фехтовальщиков.

## **1. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### **а) Основная литература:**

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

**– программное обеспечение дисциплины:**

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

**–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

**Тренажер Тышлера**

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное



количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках вводу, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

### **Фехтовальный тренажер ФТ-1**

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки, которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);

- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Оборудование для проведения занятий

**Учебная аудитория (246)** для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

**Специализированный фехтовальный зал (231)** для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков		5
3	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования двигательных качеств и специализированность их проявлений в фехтовании»		5
4	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений с направленностью на совершенствование двигательных качеств» (по заданию преподавателя)		5
5	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для тестирования двигательных качеств у юных фехтовальщиков» (по заданию преподавателя)		5
6	Письменная работа на тему «Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки»		5
7	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам передвижения в видах фехтования		5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения подготовительной и основной частей тренировочного занятия		5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

9	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части урока» (по заданию преподавателя).		5
10	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения основной части урока» (по заданию преподавателя).		5
11	Выполнение практических заданий по проведению подготовительной части тренировочного занятия с юными фехтовальщиками		5
12	Выполнение практических заданий по проведению основной части тренировочного занятия с юными фехтовальщиками		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Подготовка презентации по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования техники приемов передвижения и управления оружием в фехтовании</i>		5
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером (по заданию преподавателя)</i>		5
4	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на рапирах»</i>		5
5	<i>Учебная практика в проведении основной части тренировочного занятия (по заданию преподавателя)</i>		5
6	<i>Письменная работа на тему «Факторы, влияющие на психическую сферу фехтовальщика и определяющие степень напряженности выполняемой нагрузки»</i>		5
7	<i>Письменная работа на тему «Положения, определяющие необходимость построения психогаммы подготовки фехтовальщиков»</i>		5
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах</i>		5
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения тренировочных занятий по обучению фехтованию на рапирах и шпагах</i>		5
10	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на рапирах»</i>		5
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению соревнований по фехтованию</i>		5

12	Выполнение функций арбитра на соревнованиях по фехтованию		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

**Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Подготовка презентации по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Письменная работа на тему «Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования тактики ведения соревновательной деятельности в фехтовании</i>		
4	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам применения боевых действий (по заданию преподавателя)</i>		5
5	<i>Письменная работа на тему «Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков»</i>		5
6	<i>Учебная практика в подготовке и проведении тренировочных занятий на основе организационно-методических положений построения тренировки фехтовальщиков (по заданию преподавателя)</i>		5
7	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на саблях»</i>		5
8	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой передвижения и управления оружием в видах фехтования</i>		
9	<i>Письменная работа на тему «Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности»</i>		5
10	<i>Участие в обсуждениях и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных</i>		5



	<i>уроков по обучению фехтованию на саблях</i>		
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению тестирования технико-тактической подготовленности</i>		5
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием различных форм организации тренировочного процесса с юными фехтовальщиками</i>		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### **Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 4 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Разработка на практических занятиях конспектов индивидуальных уроков для фехтовальщиков на этапе спортивной специализации</i>		5
3	<i>Разработка на практических занятиях конспектов индивидуальных уроков для фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства</i>		5
4	<i>Разработка на практических занятиях конспектов индивидуальных уроков для фехтовальщиков на этапе высшего спортивного мастерства</i>		5
5	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой передвижения и управления оружием в видах фехтования</i>		5
6	<i>Письменная работа на тему «Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности»</i>		5
7	<i>Практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по совершенствованию технико-тактической подготовки фехтовальщиков на рапирах</i>		5
8	<i>Практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по совершенствованию технико-тактической подготовки фехтовальщиков на шпагах</i>		5
9	<i>Практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по совершенствованию технико-тактической подготовки</i>		5

	<i>фехтовальщиков на саблях</i>		
10	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по обучению фехтованию на рапирах</i>		5
11	<i>Выполнение практических заданий по составлению конспектов, организации и проведению индивидуальных уроков</i>		5
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием результатов научных исследований для оценки уровня подготовленности юных фехтовальщиков</i>		5
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### *Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 9 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	15
2	<i>Письменная работа на тему «Управление подготовкой квалифицированных фехтовальщиков»</i>		5
3	<i>Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе спортивной специализации</i>		5
5	<i>Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства</i>		5
6	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой в индивидуальных уроках с применением различных методов технико-тактического совершенствования</i>		5
7	<i>Письменная работа на тему «Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию»</i>		5
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки технико-тактической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		5
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки психической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		5
10	<i>Выполнение практических заданий по оценке технико-тактической оснащенности квалифицированных фехтовальщиков</i>		10
11	<i>Выполнение практических заданий по оценке</i>		10

	<i>психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### ***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт **Спорта и физического воспитания**

Кафедра **Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 – «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

**1. Общая трудоемкость дисциплины** составляет – **20 зачетных единиц, 720 часов** (экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 575 часов).

**2. Семестры освоения дисциплины:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9 *семестры*.

### **3. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

### **4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

– способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8).

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду профессиональной деятельности, на который ориентирована программа бакалавриата:

*тренерская деятельность:*

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10);

– способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями (ПК-14);

– способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).



## 5. Краткое содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

### Заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			2	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			4	20		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			4	22		
<b>Итого за семестр</b>				<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			2	10		
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			2	10		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок			2	10		
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части			4	16		

	занятия						
	<b>Итого за семестр</b>			<b>6</b>	<b>46</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>3</b>					
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			4	24		
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			2	26		
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			4	30		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>80</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			2	20		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			4	20		
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			4	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>5</b>					
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			4	8		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков.			2	8		
16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах			4	10		

	фехтования						
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>26</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			4	2		
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			2	2		
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			4	4		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>8</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>7</b>					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			4	20		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			4	30		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			2	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>8</b>					
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			4	20		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			4	20		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			2	10		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>10</b>	<b>46</b>		

	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>9</b>					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			4	10		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			10	30		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>20</b>	<b>52</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов:</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 – «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ускоренное обучение)*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Составители:

**Рыжкова Лариса Геннадьевна**, доктор педагогических наук, доцент,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Мовшович Алек Давыдович**, доктор педагогических наук, профессор,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Сидорова Валентина Васильевна**, кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального цикла вариативной части учебного плана (Б1.В.ОД.16).

Настоящая программа взаимосвязана с конкретными направлениями будущей профессиональной деятельности выпускника, предусматривает возможности для студента в течение периода обучения творчески интегрировать, лично присваивать полученные знания и умения из других дисциплин учебных циклов:

- гуманитарного, социального и экономического;
- математического и естественно-научного.

Интеграция знаний учебной дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» и дисциплин основной образовательной программы бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

Дальнейшее освоение дисциплины осуществляется поэтапно и базируется на «входных» знаниях, умениях и навыках, приобретенных по дисциплинам,

освоение которых предусмотрено основной образовательной программой в предшествующие годы обучения.

*Дополнительно в данном разделе дается описание логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП (ОПОП) (дисциплинами (модулями), практиками, научными исследованиями) отдельно для каждой формы обучения.*

*Указываются дисциплины (модули), практики и научные исследования, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее/последующие в соответствии с этапами формирования компетенций.*



**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  
«Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»,  
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Двигательные качества и их проявления в соревновательной деятельности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Проводить подготовительную часть тренировочного занятия с использованием упражнений из базовых видов спорта			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Взаимосвязь поставленных задач и содержания тренировочного занятия			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять план-конспект подготовительной части тренировочного занятия – Составлять план-конспект основной части тренировочного занятия			
	<i>Знать:</i>	3		
	– Методы проведения занятий, используемые в тренировке юных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Составлять комплекс упражнений для обучения и совершенствования приемов и действий у фехтовальщиков – Организовывать и применять в тренировочных занятиях парные упражнения			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками проведения тренировочного занятия с юными фехтовальщиками			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков тренера с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Уметь:</i>	5		

	– Составлять комплекс упражнений для решения определенных задач в индивидуальном уроке – Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками точной оценки уровня подготовленности занимающихся для корректного подбора упражнений в индивидуальном уроке			
<b>ОПК-3</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование быстроты, силы, гибкости, ловкости и выносливости – Составлять комплексы упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых способностей у юных фехтовальщиков – Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование специальной ловкости и гибкости у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Методики обучения приемам передвижения в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками проведения групповых тренировочных занятий, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Методы обучения и совершенствования техники приемов передвижения и владения оружием в фехтовании			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих обучать технике выполнения приемов передвижений и владения оружием – Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих совершенствовать технику выполнения приемов передвижений и владения оружием			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками проведения групповых занятий с использованием в парных упражнениях, направленных на обучение и совершенствование техники выполнения приемов передвижений и владения оружием			

	<i>Знать:</i>	4		
	– Специфику тактической тренировки в фехтовании – Особенности проявления тактических умений в соревновательных боях фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Составлять комплексы парных упражнений, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками проведения парных упражнений и оперативной коррекции в обучении тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Взаимодействовать с оружием спортсмена во время проведения индивидуального урока – Правильно подбирать дистанцию для начала и завершения схватки при выполнении избранного действия в заданной ситуации в индивидуальном уроке			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации – Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Управлять состоянием и воздействовать на психо-эмоциональную сферу спортсменов для обеспечения эффективной соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>	6		
	– Навыками управления состоянием спортсменов в тренировках и на соревнованиях			
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Средства и методы развития двигательных качеств и особенности их проявления при совершенствовании приемов нападения и маневрирования у фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на специализирование двигательных качеств, позволяющих совершенствовать приемы нападения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	1		
	– Критерии оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков – Методики, позволяющие оценить уровень двигательной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Применять методики и упражнения для оценки			

	двигательной подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	1		
	– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	4		
	– Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Применять методики для оценки технико-тактической подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков для своевременной коррекции содержания тренировочного процесса			
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i>	2		
	– Особенности организации и проведения соревнований по фехтованию			
	– Технологии судейства соревновательных боев по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять Положение о соревновании			
	– Распределить обязанности между судьями на соревнованиях в предварительном туре и туре прямого выбывания			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками организации и проведения соревнований, осуществлять судейство соревновательных боев			
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i>	5		
	– Методики научных исследований для реализации системы отбора и спортивной ориентации в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Применять современные методики оценки уровня подготовленности с использованием психодиагностики и двигательных тестов			
	<i>Знать:</i>	6		
	– Особенности организации и проведения научных исследований для оценки подготовленности спортсменов для отбора и комплектования сборных команд в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Применять современные методики для точной оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	– Применять современные методики для точной оценки психической подготовленности фехтовальщиков			
	– Применять современные методики для точной оценки двигательной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	6		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Навыками точной оценки уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщиков</li> <li>– Навыками точной оценки уровня психической подготовленности фехтовальщиков</li> <li>– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков</li> </ul>			
<b>ПК-11</b>	<i>Знать:</i>	4		
	– Разновидности форм организации и проведения тренировочных занятий в подготовке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Подбирать упражнения в соответствии с особенностями контингента занимающихся фехтовальщиков</li> <li>– Использовать разнообразные формы организации тренировочных занятий фехтовальщиков</li> </ul>			
	<i>Знать:</i>	4		
	– Организационно-методические основы построения тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Применять средства и методы тренировки фехтовальщиков с учетом этапа и периода годового цикла подготовки			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками применения средств и методов тренировки фехтовальщиков в различные периоды годового цикла подготовки			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Особенности планирования тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Планировать тренировки фехтовальщиков высшей квалификации с учетом календаря соревнований			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками управления подготовкой фехтовальщиков высшей квалификации			
<b>ПК-14</b>	<i>Знать:</i>	3		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Специфические особенности фехтования на рапирах</li> <li>– Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на рапирах</li> </ul>			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Знать:</i>	3		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Специфические особенности фехтования на шпагах</li> <li>– Средства и методы обучения и совершенствования в</li> </ul>			

	фехтовании на шпагах			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Специфические особенности фехтования на рапирах – Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на саблях			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Знать:</i>	6		
	– Методы универсализации технико-тактического оснащения квалифицированных фехтовальщиков – Методы индивидуализации технико-тактической подготовки квалифицированных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Выявлять недостатки в технико-тактическом оснащении квалифицированных фехтовальщиков для последующей универсализации и индивидуализации их подготовки			
	<i>Владеть:</i>	6		
	– Методами технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков с направленностью на универсализацию и индивидуализацию их подготовки			
<b>ПК-15</b>	<i>Знать:</i>	6		
	– Особенности методов технико-тактического совершенствования для своевременной оценки и анализа результатов тренировочной деятельности – Механизмы оценки индивидуальной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Осуществлять самоконтроль технико-тактической подготовленности фехтовальщиками по результатам индивидуальной спортивной деятельности			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Осуществлять педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков – Анализировать и своевременно корректировать планы подготовки фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	6		

	– Навыками педагогического контроля технико-тактической подготовленности и оценки результатов спортивной деятельности фехтовальщиков для своевременной коррекции тренировочных планов			
--	---	--	--	--

*Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.*

*Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).*

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет  
 – **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 27 часов, аудиторных занятий – 180 часов, самостоятельная работа – 513 часов).

##### Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>							
		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			10	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			8	20		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			6	20		
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			6	18		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			6	20		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические			6	20		



	навыки выявления и исправления ошибок						
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия			6	20		
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			6	20		
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			6	34		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>114</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>3</b>					
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			8	4		
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			8	4		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			8	4		
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			6	3		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			6	4		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков			6	2		
16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим			8	4		

	умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования						
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			4	2		
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			6	3		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>5</b>					
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			6	30		
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			6	30		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			6	30		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			6	30		
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			6	39		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>159</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			6	30		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			6	30		
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			6	20		

27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			6	30		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

### ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### ***1. Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков***

##### *Практические занятия*

Составление комплексов упражнений и их практическое проведение с задачей совершенствования скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости, гибкости и выносливости. Использование поточного, серийного и других методов выполнения упражнений для совершенствования двигательных качеств. Освоение методов тестирования уровня физической подготовленности.

Педагогические умения и навыки группового и индивидуального совершенствования быстроты, скоростно-силовых способностей, ловкости, гибкости и выносливости.

#### ***2. Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы***

##### *Практические занятия*

Освоение методов специализации быстроты, скоростно-силовых качеств в работе с группой, самостоятельно и у мишени.

Средства для специализации выносливости. Методы совершенствования аэробных и анаэробных механизмов структуре специальной выносливости фехтовальщиков. Фехтовальная ловкость и методы ее совершенствования.

#### ***3. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств***

##### *Практические занятия*

Освоение практических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование и специализацию быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости и гибкости у начинающих.

Проведение тестирования двигательных качеств у начинающих фехтовальщиков (этап начальной специализации).

Составление конспектов основной части урока, включающих проведение упражнений, специализирующих двигательные качества, пространственную точность движений и целевую точность уколов в мишень.

Освоение методик проведения индивидуальных и групповых занятий по двигательной подготовке (выполняемых самостоятельно, по команде или по сигналу, серийно, «поточно») с квалифицированными фехтовальщиками.

#### ***4. Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков.***

##### ***Методики и упражнения***

###### ***Практические занятия***

Ознакомление с упражнениями для тестирования скоростно-силовых качеств (Тройной прыжок с места, высота выпрыгивания, челночный бег 4x15м, прыжок в длину с места). Практическое освоение упражнений и педагогических навыков тестирования.

Тестирование быстроты (бег 15-20 м с низкого старта, ускорение с заданного рубежа и финиш через 15 м, теппинг-тест).

Методы исследования ловкости и практическое применение тестов (бег на короткие отрезки из различных исходных положений), челночный бег 4x5 м.; преодоление отрезков, требующих проявлений ловкости (равновесие, переползание, бег) на время.

Практическое освоение методов тестирования выносливости (челночный бег на 20 м в течение одной минуты, бег на средние дистанции).

#### ***5. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки***

##### ***Практические занятия***

Разбор типовых приемов фехтования (основные положения, передвижения, приемы игры оружием, способы воздействий на оружие), разновидности атак, защит с ответом, контратак в условиях ведения учебного боя. Фехтовальный темп как критерий оценки атак по способу выполнения. Разновидности атак, различающиеся моментом выполнения и их практическая интерпретация. Разбор «права атаки» и «права ответа», обсуждение и практическое моделирование выделенных ситуаций боя и оценка их эффективности арбитром.

#### ***6. Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления***

##### ***ошибок***

###### ***Практические занятия***

Практическое проведение комплексов упражнений, в соответствии типовой последовательностью обучения отдельному приему: ознакомление, разучивание, совершенствование. Комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приемов и комбинаций приемов передвижения. Подводящие упражнения и упражнения, предупреждающие появление ошибочных движений.

Педагогические навыки выявления ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

Подбор упражнений, направленных на исправление ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

### ***7. Педагогические навыки составления конспекта тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия***

#### *Практические занятия*

Проведение разминки и упражнений в основной части урока.

Разработка конспектов и состава упражнений в соответствии с педагогическими задачами ознакомления с приемом, разучивания и совершенствования. Их практическая реализация в рамках спортивно-педагогического совершенствования студентов специализации.

Составление конспектов отдельных частей группового занятия по заданию преподавателя. Практическое проведение подготовительной и основной частей занятий по составленному конспекту.

### ***8. Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра***

#### *Практические занятия*

Составление положения о соревнованиях.

Подготовка документации для проведения соревнований. Проведение жеребьевки в личных и командных первенствах. Распределение судей с учетом региональной принадлежности спортсменов. Информация в процессе проведения соревнований. Подведение итогов соревнований.

Практика в организации и проведении соревнований. Практика судейства, выполнения обязанностей главного судьи, главного секретаря, судьи на дорожке.

Практическое освоение технологии судейства в роли арбитра на дорожке. Последовательность разбора фехтовальных фраз, терминология судейства, в том числе французская.

### ***9. Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером***

#### *Практические занятия*

Подбор и проведение комплексов упражнений, способствующих совершенствованию:

- основных положений и техники передвижений;
- приемов и действий в ситуациях выполнения на обусловленный зрительный или тактильный сигнал;
- действий в ситуациях взаимоисключающего выбора между средствами единоборства;
- нападений при выборе открывающегося сектора;
- защит в ситуациях выбора противодействия нападению;
- защит и атак на подготовку при противодействии простым атакам и подготавливающим сближениям;
- защит и контратак при противодействии нападениям различной продолжительности;
- действий в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим;
- переключений от нападений к защитам;
- переключений от неудавшейся защиты к повторной защите;
- переключений от одного нападения к другому;
- переключений от защит к нападениям;
- переключений от нападения в определенный сектор к уколу (удару) в открывающийся сектор;
- действий в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью;
- действий при изменениях дистанции;
- действий при изменениях времени начала схватки;
- действий при изменениях параметров взаимодействия оружием;
- действий в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

## **ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***10. Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах***

#### *Практические занятия*

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на рапирах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений рапириста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколом в туловище внутрь и кнаружи, уколом прямо, переводом;
- атак с финтом, с действием на оружие, комбинированных;
- защит клинком, стоя на месте, с отступлением, со сближением;
- ответов прямо, переводом и с оппозицией;

- контратак в различные секторы поражаемой поверхности, уколом с оппозицией;
- атак с действием на оружие;
- защит и комбинаций защит оружием с ответом.

## ***11. Освоение методики подготовки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)***

### *Практические занятия*

Освоение педагогических навыков проведения упражнений с партнером.

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока с использованием разновидностей парных упражнений:

- упражнений с взаимопомощью;
- взаимоуроков;
- защитно-ответного единоборства («рипостной игры»);
- упражнений в «контрах» (обусловленных, необусловленных, с выбором);
- тренировочных боев с установками на совершенствование различных сторон подготовки.

Освоение методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером: точный показ, краткое объяснение условий выполнения приема и его тактических намерений для применения в условиях боя.

Освоение методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений; игровой и соревновательный методы проведения упражнений в групповом уроке с юными фехтовальщиками.

## ***12. Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок***

### *Практические занятия*

Овладение педагогическими навыками создания психологических предпосылок для ускорения процесса совершенствования технико-тактического мастерства фехтовальщика, формирующихся на основе:

- освоения взаимосвязей между определенными действиями (особенно с альтернативными тактическими задачами) и их учет при выборе тактических намерений;
- формирования тактической инициативы;
- создания надежности проявлений достигнутого уровня специализированных умений;
- осознания реальной оснащенности средствами ведения боя и резервов расширения их состава;
- варьирования содержания и направленности индивидуальных уроков;
- приспособления к условиям деятельности в боях и соревнованиях;
- специализации разновидностей двигательной реакции, свойств внимания, памяти, мышления и личностных качеств.

Составление комплексов и проведение упражнений с партнером, способствующих повышению уровня проявлений:

- свойств внимания;
- пространственно-временной точности движений по моменту их начала, исходной дистанции, амплитуде и ритму выполнения.

### ***13. Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах***

#### ***Практические занятия***

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на шпагах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколом внутрь и снаружи в руку и туловище с соблюдением линии оппозиции;
- защит клинком и гардой, стоя на месте и в сочетании с передвижениями;
- ответов прямо, переводом и с оппозицией;
- контратак и сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности, уколов с оппозицией;
- атак с действием на оружие;
- защит и комбинаций различных движений оружием;
- ответов с оппозицией.

### ***14. Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки***

#### ***Практические занятия***

Разбор технических и тактических критериев оценки подготовленности в видах фехтования на основе реального наблюдения за соревновательными поединками.

Моделирование ситуаций с различными характеристиками, отражающими уровень квалификации в видах фехтования.

Реализация в тренировочных боях действий, имеющих значимость при оценке уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщика.

Освоение навыков проведения педагогических наблюдений, графической и видеозаписи соревновательных поединков с анализом соответствия полученных показателей уровню технико-тактической подготовленности.

### ***15. Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков***

#### ***Практические занятия***



Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков различного возраста:

- групповой урок;
- индивидуальный урок;
- боевая практика;
- занятия по физической и теоретической подготовке;
- контрольные и официальные соревнования.

Освоение методики проведения частей урока.

Составление планов-конспектов и проведение подготовительной части урока (с упражнениями без партнера, с партнером, на подсобных снарядах).

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока (по обучению технике и тактике фехтования).

Составление планов-конспектов и проведение заключительной части урока (с подбором упражнений, способствующих снижению психо-эмоционального напряжения у занимающихся).

### ***16. Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования***

#### *Практические занятия*

Подбор комплексов упражнений, способствующих развитию тактических навыков и умений фехтовальщика, и проведению их на занятиях: упражнения на точность и на скорость, выбор дистанции для проведения конкретного действия, выбор времени для наиболее успешного нанесения укола (удара), выбор дистанции для применения подготавливающих действий перед простой атакой или перед защитой.

Освоение педагогических навыков проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления по оценке пространственных и временных параметров действий, своих и противника, вариативному выполнению боевых действий фехтовальщиками и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на противодействие противникам, использующим различные модели ведения боя, и их применение на тренировочных занятиях.

### ***17. Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков***

#### *Практические занятия*

Освоение навыков наблюдения за действиями противников в бою, развитие способности осмысливать увиденное для решения тактических задач в поединке, распознавание намерений противника.

Составление плана боя и умение выполнять действия в бою сообразно плану. Практическое освоение методик, подводящих спортсмена к выполнению приемов по заданию.

Совершенствование способностей отслеживать взаимосвязи между определенными действиями и их учет при выборе упражнений для решения поставленных тактических задач.

Составление комплекса упражнений, направленных на развитие интеллектуальных способностей фехтовальщика (взаимосвязь всех сторон подготовки спортсмена, методика построения занятий для групп различной квалификации).

### ***18. Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков***

#### *Практические занятия*

Освоение педагогических навыков проведения различных форм занятий: группового урока, индивидуального урока, контрольные соревнования и др.

Совершенствование педагогических навыков определять типовую направленность урока (совершенствование состава и повышение результативности действий, подготовка к поединкам с конкретным противником, повторение базовых действий и т.п.) и умений применения различных форм выполнения упражнений.

Умение использовать различные специфические методы тренировки – без противника, с условным противником, с партнером, с противником.

## **ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***19. Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях***

#### *Практические занятия*

Освоение базовых действий в фехтовании на саблях: нападение на противника стоя на месте, со сближением, координирование действий с различных дистанций. Техника удара сверху, справа, слева.

Практическое освоение педагогических навыков и использование методик, направленных на техническое выполнение атак с финтами. Практическое освоение атак, различающихся моментом и дистанцией для начала удара (укола).

Освоение защит с ответами простых и с финтом. Укол из положения «оружие в линии», тактическое обоснование контратак.

Практическое освоение навыков выявления ошибок в технике удара, выполнении атак и защит, умений исправлять замеченные ошибки.

### ***20. Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования***

#### *Практические занятия*

Выявление специфики тренерской техники при проведении индивидуального урока на различных видах оружия: положение туловища, движения оружием, передвижения, движения с различной амплитудой и темпом и др.

Освоение педагогических навыков применения методик, направленных на развитие тактических умений у спортсменов различной квалификации (повторение действий в заданной ситуации, нормирование количества выполняемых приемов, сочетание альтернативных действий, произвольное чередование взаимозаменяемых действий и др.).

Совершенствование педагогических навыков, направленных на выявление конкретной составляющей выполняемого приема (действия): моментная или ситуационная характеристика, техническая направленность, усвоение целесообразности применения действия и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на технико-тактическое совершенствование, используемых в индивидуальном уроке.

Освоение навыков составления конспекта индивидуального урока: подготовительная, основная и заключительная части.

## ***21. Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности***

### *Практические занятия*

Применения типового состава действий и моделирование ситуационных компонентов их подготовки для реализации избранной методики технико-тактического совершенствования в уроке фехтования.

Моделирование тренером условий применения действий для совершенствования специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций: различать, переключаться, предвосхищать, сохранять устойчивость к рефлекторным помехам, не реагировать на стартовые движения в атаках противника.

Способы моделирования условий для создания у обучаемых устойчивости к рефлекторным помехам от действий оружием и передвижений тренера (партнера).

Индивидуализация выбора действий и ситуаций для их совершенствования у обучаемых, с учетом присущих им психических и двигательных свойств, а также уровня их специальной подготовленности.

Сохранение уровня техники владения оружием и выполнения передвижений у обучаемых на основе: объединения действий в комбинации; выполнения многоступенчатых схваток; повышения психической напряженности упражнений; усложнения идеомоторных представлений при выборе действий; реализации установок на вероятностный выбор действий в процессе схваток.

Выбор способов оперативного регулирования требований к специальной подготовленности фехтовальщиков за счет изменений в структурах и параметрах схваток.

## ***22. Методы научных исследований в теории и методике фехтования***

### *Практические занятия*

Практическое освоение типовых методик исследования: нотационная запись боев, анкетирование.

Составление плана исследований, сбора научной информации, обработки полученных материалов (составление таблиц, схем, графиков), первичный анализ полученных данных, математическая обработка информации.

## **23. Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами высшей квалификации**

### *Практические занятия*

Составление перспективного четырехлетнего плана подготовки спортсменов высшей квалификации по фехтованию. Составление индивидуального плана тренировки спортсмена на годичный цикл. Анализ календаря соревнований и его учет при планировании подготовки спортсменов сборных команд.

Задачи и содержание тренировок по периодам и этапам подготовки. Объемы, интенсивность и психическая напряженность специализированных нагрузок.

Средства и методы физической, технико-тактической, функциональной, психологической подготовки, их взаимосвязи в отдельные периоды и этапы годичного цикла.

Построение недельных микроциклов тренировки на различных этапах подготовки.

## **24. Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков**

### *Практические занятия*

Практика в проведении парных упражнений и индивидуальных уроков с использованием методов технико-тактического совершенствования:

- метод повторения обусловленных действий в заданных ситуациях;
- метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий;
- метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирований;
- метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях;
- метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий;
- метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий;
- метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке;
- метод моделирования вероятностной последовательности применения действий в бою;

- метод регулирования уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.

Составление конспектов, разбор и анализ комплексов упражнений с использованием методов технико-тактического совершенствования действий нападения и обороны со спортсменами различной квалификации.

## ***25. Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Практика в проведении разминки методом индивидуального урока.

Особенности индивидуальных уроков перед соревновательными боями с направленностью на расширение технико-тактического арсенала у фехтовальщиков. Универсализация в тренировке фехтовальщиков для обеспечения готовности к ведению боя, как в наступлении, так и в обороне.

Учет индивидуальных особенностей фехтовальщиков в их технико-тактическом совершенствовании. Тренировка спортсменов при подготовке к бою со знакомым соперником, с учетом его персональных данных, проявлений двигательных и психических качеств, излюбленной тактики ведения боя.

Практика проведения анализа соревновательных поединков и составления «портретов» известных квалифицированных фехтовальщиков на основе их индивидуальных характеристик.

## ***26. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию***

### *Практические занятия*

Демонстрация управления занимающимися тренерами с различными стилями поведения: авторитарным, демократическим, либеральным. Обсуждение положительных и отрицательных сторон стилей поведения тренеров.

Обсуждение требований к поведению тренера с учетом возрастных особенностей занимающихся: 8-10 лет; 11-13 лет; 14-16 лет; 17-20 лет; 20 лет и старше. Практика в проведении занятий с детьми различных возрастных групп. Особенности управления при проведении занятий в группах со смешанным возрастным контингентом.

## ***27. Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Составление плана работы комплексной группы исследователей, распределение между ними функциональных обязанностей для подготовки к оценке технико-тактического оснащения фехтовальщиков высокой квалификации. Применение видеозаписи соревновательных боев, нотационно-графическая расшифровка разновидностей применяемых действий.

Оперативная обработка полученных результатов. Коррекции в выборе моделей ведения боя с персональными соперниками.

Применение психодиагностических методов для оценки состояния психоэмоциональной сферы у фехтовальщиков. Оперативный анализ уровня психической напряженности выполняемых спортсменами специализированных заданий, коррекции в их объемах и интенсивности.

Распределение обязанностей в группе исследователей и практическое применение методик для оценки двигательной подготовленности и специальной работоспособности фехтовальщиков.

## ***28. Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Просмотр и анализ видеозаписей сильнейших фехтовальщиков России и зарубежных мастеров, расшифровка и сопоставление показателей применения действий в поединках.

Составление досье на определенных членов команд по видам фехтования.

Составление практических рекомендаций для фехтовальщиков с учетом объемов применения и результативности действий в соревновательных поединках.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### ***Балльная система контроля обучения***

Балльная система контроля успеваемости студентов является одним из компонентов системы зачетных единиц. Балльная система позволяет стимулировать систематическую учебную деятельность студентов на протяжении всего учебного года и обеспечивает контроль за этой деятельностью, а также стимулирует творческую активность студентов, их самостоятельную работу.

Балльная система предусматривает наличие рубежного (экзамен, зачет) и текущего (участие в семинарах, выполнение домашних заданий, контрольных работ, компьютерное тестирование, подготовка и защита рефератов и т. п.) контроля успеваемости. Составной частью текущего контроля является контроль за посещаемостью учебных занятий. Данная система не касается итогового контроля – итоговой государственной аттестации.

Итоговая оценка за весь период изучения дисциплины или этап изучения, завершающийся зачетом или экзаменом, выражается суммой полученных баллов (по 100-бальной шкале). Студент набирает баллы на каждом виде текущего контроля, включая посещение учебных занятий, и рубежного контроля.

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы, полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

Удельный вес в общей оценке успеваемости различных видов рубежного контроля должен различаться. Так за отличную сдачу экзамена начисляется 30 баллов, сдача на четверку соответствует 20 баллам, на тройку – 10, за сдачу зачета – до 20 баллов.

При разработке и реализации балльной системы оценки успеваемости установлены виды текущего контроля и их «стоимость» в баллах, с указанием перечня видов текущего контроля, сроках и форме их проведения, количестве начисляемых баллов, которые представлены в Информационных справках.

Баллы за посещение занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение занятий суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.

По каждому виду учебной работы максимальное количество баллов выставляется при условии выполнения его на «отлично».

При неудовлетворительной оценке за выполнение какого-либо вида текущего контроля баллы не начисляются. Набранная сумма баллов используется для определения итоговой оценки.

### *Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля*

№ п/п	Виды текущего контроля	Максимальное число баллов	Сроки проведения
1	Посещение учебных занятий	15	Весь период
2	Выступление на семинаре	15	
3	Написание реферата	20	
4	Подготовка конспекта тренировочного занятия (индивидуальных уроков)	15	
5	Участие в обсуждении вопросов по изучаемой теме	15	
6	Сдача зачета / экзамена	20 / 30	

В экзаменационные ведомости заносятся оценки, как по пятибалльной системе, так и по шкале ECTS.

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е.  $\geq 61$ . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

Бальная система контроля успеваемости студентов предусматривает не только дифференцированную оценку различных видов учебной работы, но и соблюдение сроков их выполнения.

Студент, без уважительной причины не выполнивший контрольные задания и не набравший минимальное количество баллов, необходимых для получения зачета или экзаменационной оценки по окончании изучения дисциплины, может быть допущен к повторному ее изучению на коммерческой основе. При его отказе от этого или при повторном получении неудовлетворительной оценки он подлежит отчислению из университета.

#### **5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационных справках по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины)**

##### ***Цель и задачи текущего контроля***

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).



2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

Главная **цель** текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей.

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда **актуальных задач** обучения:

- интенсивное выявление индивидуальных особенностей;
- оперативное определение материала, требующего доработки;
- стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль);
- повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

**Функции** текущего контроля:

- содействует более оперативному выявлению «отстающих» обучаемых для надлежащего реагирования;
- оптимизирует индивидуальные занятия;
- рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

2. На каждом занятии необходимо отводить время для проверки знаний и навыков студентов по пройденному материалу и усвоения изучаемой темы.

3. Текущим контролем должно быть охвачено как можно больше обучаемых с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

Улучшение изучения обучаемых является не перегрузкой, а минимально необходимым условием эффективности любого обучения.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 1-м курсе***

1. Проведение тренировочных занятий по программе ДЮСШ для групп начальной подготовки юных фехтовальщиков:
  - 1.1. Занятия по ОФП.
  - 1.2. Упражнения для освоения техники приемов.
  - 1.3. Упражнения для освоения тактических умений.
  - 1.4. Упражнения, проводимые в форме индивидуального урока.
2. Написание положения о соревнованиях по фехтованию в соответствии с предложенной преподавателем структурой.
3. Составление сметы на проведение соревнований по фехтованию.
4. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе***

1. Основы техники фехтования. Краткая характеристика соревновательной деятельности.
2. Характеристика двигательных качеств фехтовальщика.
3. Особенности проведения упражнений без партнера.
4. Типовые ошибки и их предупреждение при обучении боевой стойки и приемов нападения и маневрирования у начинающих фехтовальщиков.
5. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и juniоров по фехтованию (юноши и девушки).
6. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации.
7. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки.
8. Методика предупреждения, выявления и исправления ошибок при обучении и совершенствовании действий фехтовальщиков.
9. Состав типовых приемов в фехтовании. Фехтовальный темп, как основа системы оценки фехтовальных приемов. Приемы и действия.
10. Тактическая характеристика действий в фехтовании. Разновидности атак, защит с ответом и контратак.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе***

1. Групповой урок в фехтовании. Составные части и педагогические задачи.
  - 1.1. Проведение подготовительной части урока.
  - 1.2. Проведение основной части урока.
  - 1.3. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на рапирах.
  - 1.4. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на шпагах.
  - 1.5. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах.

- 1.6. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах
2. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе***

1. Группы начальной подготовки в системе ДЮСШ. Наполняемость групп, отбор и планирование подготовки в годичном цикле.
2. Техничко-тактическая характеристика фехтования на рапирах и шпагах.
3. Подготавливающие действия в поединках фехтовальщиков.
4. Специальные умения, основанные на проявлении двигательных реакций.
5. Особенности техники фехтования на шпагах. Типовые ошибки при выполнении нападений в верхний сектор.
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными фехтовальщиками.
7. Содержание и направленность тренировки в тренировочных группах ДЮСШ.
8. Современные методы оценки и анализа эффективности действий в поединках фехтовальщиков.
9. Психические качества фехтовальщика и их проявление в соревновательной деятельности.
10. Характеристика основных методов исследования, используемых в теории и методике фехтования.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе***

1. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на саблях.
2. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на саблях.
3. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на рапирах.
4. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на шпагах.
5. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на саблях.
6. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях боя.
7. Изучение методов научных исследований в теории и методике фехтования.
8. Изучение основ планирования, управления тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации.
9. Изучение методов универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков.

## 10. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### *Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе*

1. Техничко-тактическая характеристика фехтования на саблях.
2. Тренировочные бои в тренировке фехтовальщиков на саблях.
3. Методы тренировки в видах фехтования с учетом контингента занимающихся.
4. Формы организации занятий и проведения упражнений в тренировке фехтовальщиков.
5. Тактические умения на возрастных этапах подготовки фехтовальщиков.
6. Последовательность освоения отдельного приема в тренировке фехтовальщиков.
7. Выносливость и особенности ее проявления в многоступенчатых соревнованиях по фехтованию.
8. Содержание интеллектуальной подготовки фехтовальщика.
9. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединках фехтовальщиков.
10. Тренировочные нагрузки, используемые для планирования подготовки фехтовальщиков в годичном цикле, их динамика по этапам годичного цикла тренировки.

## **5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### *Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе*

1. Состав технических приемов фехтования, их систематика.
2. Динамические и кинематические характеристики выполнения приема.
3. Пространственные, временные, силовые, ритмические характеристики выполнения приема.
4. Секторы поражаемой поверхности, понятие о фехтовальной линии, позиции и соединения.
5. Тактические термины: боевое действие, атака, защита, ответ, контратака.
6. Разновидности атак с учетом ситуационных и моментных характеристик их применения: основные, на подготовку, ответные, повторные.
7. Разновидности атак с учетом целевых и количественных характеристик взаимодействия с клинком противника: прямо, переводом, с финтами, с действием на оружие, комбинированные.

8. Разновидности подготавливающих действий: маневрирование, манипулирования клинком, имитации уколов (ударов) и отражений клинка, угрозы нанесения уколов (ударов), положение клинка «в линии».

9. Понятие о фехтовальном темпе и его значение в теории фехтования. Право атаки и ответа.

10. Понятия о приеме и действии в фехтовании.

11. Взаимосвязь техники и тактики в фехтовании.

12. Физическая подготовка, как важный раздел тренировочной деятельности.

13. Двигательные качества фехтовальщика.

14. Методы совершенствования быстроты.

15. Методы совершенствования скоростно-силовых способностей.

16. Методы совершенствования ловкости.

17. Методы совершенствования выносливости.

18. Методы совершенствования гибкости.

19. Различия в проявлениях общей и специальной быстроты в фехтовании.

20. Различия в проявлениях общей и специальной ловкости в фехтовании.

21. Различия в проявлениях общей и специальной гибкости в фехтовании.

22. Различия в проявлениях общей и специальной выносливости в фехтовании.

23. Методика составления комплексов упражнений, направленных на развитие двигательных качеств у юных фехтовальщиков.

24. Методика составления комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальных двигательных качеств фехтовальщиков.

25. Особенности применения методов совершенствования быстроты на различных этапах подготовки.

26. Особенности применения методов совершенствования скоростно-силовых способностей на различных этапах подготовки.

27. Особенности применения методов совершенствования ловкости на различных этапах подготовки.

28. Особенности применения методов совершенствования гибкости на различных этапах подготовки.

29. Особенности применения методов совершенствования выносливости на различных этапах подготовки.

30. Педагогические требования к объяснению и показу приема.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 2-м курсе***

1. Цели тренировки в фехтовании.

2. Частные задачи тренировки.

3. Компоненты содержания тренировки фехтовальщиков.

4. Особенности техники фехтования на рапирах.
5. Соотношения средств единоборства в фехтовании на рапирах.
6. Типовые ошибки в использовании приемов нападения и маневрирования.
7. Типовые ошибки при выполнении укола прямо, переводом.
8. Особенности техники фехтования на шпагах.
9. Анализ техники основных положений и передвижений шпажиста.
10. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.
11. Двигательная структура отдельного приема в фехтовании на шпагах.
12. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
13. Ошибки в технике выполнения приемов и действий в фехтовании на шпагах.
14. Методы исправления ошибок у фехтовальщиков на шпагах.
15. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
16. Особенности техники атак углом в различные секторы поражаемой поверхности.
17. Особенности техники защит: прямых, полукруговых, круговых.
18. Особенности защит клинком и гардой.
19. Особенности ответов прямо и переводом, с оппозицией.
20. Особенности ответов одной рукой, с полувыводом, выведением и «стрелой».
21. Особенности техники уколов в контратаках.
22. Особенности техники уколов в повторных и ответных атаках.
23. Особенности техники сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности.
24. Особенности техники атак с действием на оружие.
25. Особенности техники атак с оппозицией.
28. Особенности техники сложных защит сочетанием различных движений оружием.
29. Особенности техники ответов после защит уколом без оппозиции и с оппозицией.
30. Методика педагогических наблюдений с использованием записи соревновательных боев.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 3-м курсе***

1. Общая характеристика упражнений: подводящих, специально-подготовительных и соревновательных в тренировке.
2. Охарактеризовать методы тренировки, применяемые в фехтовании.
3. Рассказать о специфических методах тренировки в фехтовании.

4. Методы, используемые в фехтовании для совершенствования специализированных умений.
5. Методы для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования, используемые в фехтовании на саблях.
6. Методы, используемые в фехтовании на саблях для совершенствования различных компонентов техники.
7. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годового цикла.
8. Методика составления комплекса упражнений, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реакций у фехтовальщиков на саблях.
9. Общая характеристика средств тактической подготовки фехтовальщиков.
10. Особенности проведения упражнений с партнером.
11. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование техники.
12. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование тактики.
13. Создание условий в индивидуальном уроке для проведения приемов, направленных на совершенствование специализированных умений.
14. Методика, используемая для формирования навыка наблюдения фехтовальщика за спортивными боями.
15. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
16. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.
17. Отличительные особенности проведения парных упражнений и индивидуального урока в фехтовании.
18. Специализирование двигательных качеств у фехтовальщика.
19. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояний, целевой точности.
20. Характеристика комплексных качеств у фехтовальщика, их развитие.
21. Комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию уровня мотивации на спортивные достижения.
22. Комплекс упражнений, направленный на специализирование двигательных реакций, внимания, мышления, идеомоторных представлений.
23. Компоненты психологической подготовки.
24. Упражнения для развития устойчивости к помехам.
25. Средства ликвидации барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию.
26. Определение уровня психологической подготовленности.
27. Характеристика форм и методов интеллектуальной подготовки.
28. Взаимосвязь интеллектуальной подготовки с другими сторонами подготовки.
29. Методика построения занятий в группах различной квалификации.

30. Методы исследования, используемые для оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков.



## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### **а) Основная литература:**

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

**– программное обеспечение дисциплины:**

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

**–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

**Тренажер Тышлера**

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное

количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках в воду, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

### **Фехтовальный тренажер ФТ-1**

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки, которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);

- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Оборудование для проведения занятий

**Учебная аудитория (246)** для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

**Специализированный фехтовальный зал (231)** для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **очной формы обучения (ускоренное)**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков	4 неделя	5
3	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования двигательных качеств и специализированность их проявлений в фехтовании»	8 неделя	5
4	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений с направленностью на совершенствование двигательных качеств» (по заданию преподавателя)	10 неделя	5
5	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для тестирования двигательных качеств у юных фехтовальщиков» (по заданию преподавателя)	22 неделя	5
6	Письменная работа на тему «Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки»	24 неделя	5
7	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам передвижения в видах фехтования	26-28 недели	5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения подготовительной и основной частей тренировочного занятия	30-34 недели	5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

9	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части урока» (по заданию преподавателя).	36 неделя	5
10	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения основной части урока» (по заданию преподавателя).	38 неделя	5
11	Выполнение практических заданий по организации и проведению соревнований по фехтованию	40 неделя	5
12	Выполнение функций арбитра на соревнованиях по фехтованию	41-42 недели	5
	<b>экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### *Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Подготовка презентации по теме пропущенного занятия	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 2 курса**, направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **очной формы обучения (ускоренное)**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	<i>15</i>
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования техники приемов передвижения и управления оружием в фехтовании</i>	<i>2 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером (по заданию преподавателя)</i>	<i>3 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на рапирах»</i>	<i>7 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Учебная практика в проведении основной части тренировочного занятия (по заданию преподавателя)</i>	<i>10 неделя</i>	<i>5</i>
6	<i>Письменная работа на тему «Факторы, влияющие на психическую сферу фехтовальщика и определяющие степень напряженности выполняемой нагрузки»</i>	<i>15-17 недели</i>	<i>5</i>
7	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на шпагах»</i>	<i>23 неделя</i>	<i>5</i>
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах</i>	<i>26-28 недели</i>	<i>5</i>
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения тренировочных занятий по обучению фехтованию на рапирах и шпагах</i>	<i>30-34 недели</i>	<i>5</i>
10	<i>Письменная работа на тему «Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков».</i>	<i>36-37 недели</i>	<i>5</i>
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению тестирования технико-тактической</i>	<i>38-41 недели</i>	<i>5</i>

	<i>подготовленности</i>		
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием различных форм организации тренировочного процесса с юными фехтовальщиками</i>	<i>42-44 недели</i>	<i>5</i>
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### ***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» очной формы обучения (ускоренное)

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	<i>15</i>
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования тактики ведения соревновательной деятельности в фехтовании</i>	<i>3 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам применения боевых действий (по заданию преподавателя)</i>	<i>5 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Письменная работа на тему «Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков»</i>	<i>7 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Учебная практика в подготовке и проведении тренировочных занятий на основе организационно-методических положений построения тренировки фехтовальщиков (по заданию преподавателя)</i>	<i>10-13 недели</i>	<i>5</i>
6	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на саблях»</i>	<i>15-17 недели</i>	<i>5</i>
7	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой передвижения и управления оружием в видах фехтования</i>	<i>22-25 недели</i>	
8	<i>Письменная работа на тему «Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности»</i>	<i>27 неделя</i>	<i>5</i>
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по обучению фехтованию на рапирах</i>	<i>30-34 недели</i>	<i>5</i>
10	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных</i>	<i>36-37 недели</i>	<i>5</i>

	<i>уроков по обучению фехтованию на саблях</i>		
11	<i>Выполнение практических заданий по составлению конспектов, организации и проведению индивидуальных уроков</i>	<i>38-40 недели</i>	<i>5</i>
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием результатов научных исследований для оценки уровня подготовленности юных фехтовальщиков</i>	<i>41-43 недели</i>	<i>5</i>
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### **Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ**  
**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 – «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ускоренное обучение)*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

### **1. Общая трудоемкость дисциплины составляет**

– **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 27 часов, аудиторных занятий – 180 часов, самостоятельная работа студентов – 513 часов).

### **2. Семестры освоения дисциплины: 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестры.**

### **3. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

### **4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

– способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8).

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду профессиональной деятельности, на который ориентирована программа бакалавриата:

*тренерская деятельность:*

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10);

– способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями (ПК-14);

– способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

## 5. Краткое содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

### Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>							
		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			10	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			8	20		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			6	20		
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			6	18		
<b>Итого за семестр</b>				<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			6	20		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок			6	20		
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и			6	20		



	упражнений в основной части занятия						
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			6	20		
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			6	34		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>114</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>3</b>					
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			8	4		
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			8	4		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			8	4		
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			6	3		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			6	4		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков			6	2		
16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования			8	4		
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие			4	2		

	интеллектуальной подготовки фехтовальщиков						
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			6	3		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>						
		<b>5</b>					
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			6	30		
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			6	30		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			6	30		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			6	30		
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			6	39		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>159</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			6	30		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			6	30		
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			6	20		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности			6	30		

	квалифицированных фехтовальщиков						
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	22		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 – «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост.боевых искусств  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Составители:

**Рыжкова Лариса Геннадьевна**, доктор педагогических наук, доцент,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Мовшович Алек Давыдович**, доктор педагогических наук, профессор,  
профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ;

**Сидорова Валентина Васильевна**, кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка» предусмотрена основной образовательной программой (ООП) в рамках изучения базовой (обязательной) части Профессионального цикла вариативной части учебного плана (Б1.В.ОД.16).

Настоящая программа взаимосвязана с конкретными направлениями будущей профессиональной деятельности выпускника, предусматривает возможности для студента в течение периода обучения творчески интегрировать, лично присваивать полученные знания и умения из других дисциплин учебных циклов:

- гуманитарного, социального и экономического;
- математического и естественно-научного.

Интеграция знаний учебной дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» и дисциплин основной образовательной программы бакалавриата в профессиональной подготовке будущих специалистов включает различные уровни освоения посредством логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения и готовности, предъявляемые к поступающим абитуриентам, а именно: история развития фехтования в России; сильнейшие фехтовальщики России и мира; правила соревнований по видам фехтования; основы техники и тактики в избранном виде фехтования; уровень двигательной подготовленности.

Дальнейшее освоение дисциплины осуществляется поэтапно и базируется на «входных» знаниях, умениях и навыках, приобретенных по дисциплинам,

освоение которых предусмотрено основной образовательной программой в предшествующие годы обучения.

*Дополнительно в данном разделе дается описание логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ООП (ОПОП) (дисциплинами (модулями), практиками, научными исследованиями) отдельно для каждой формы обучения.*

*Указываются дисциплины (модули), практики и научные исследования, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее/последующие в соответствии с этапами формирования компетенций.*

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  
«Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»,  
соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Двигательные качества и их проявления в соревновательной деятельности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Проводить подготовительную часть тренировочного занятия с использованием упражнений из базовых видов спорта			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Взаимосвязь поставленных задач и содержания тренировочного занятия			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять план-конспект подготовительной части тренировочного занятия – Составлять план-конспект основной части тренировочного занятия			
	<i>Знать:</i>	3		
	– Методы проведения занятий, используемые в тренировке юных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Составлять комплекс упражнений для обучения и совершенствования приемов и действий у фехтовальщиков – Организовывать и применять в тренировочных занятиях парные упражнения			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками проведения тренировочного занятия с юными фехтовальщиками			
	<i>Знать:</i>	6		
	– Особенности в содержании индивидуальных уроков тренера с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Уметь:</i>	6		



	– Составлять комплекс упражнений для решения определенных задач в индивидуальном уроке – Проводить индивидуальные уроки с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			
	<i>Владеть:</i>	6		
	– Навыками точной оценки уровня подготовленности занимающихся для корректного подбора упражнений в индивидуальном уроке			
<b>ОПК-3</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование быстроты, силы, гибкости, ловкости и выносливости – Составлять комплексы упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых способностей у юных фехтовальщиков – Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование специальной ловкости и гибкости у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Методики обучения приемам передвижения в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками проведения групповых тренировочных занятий, направленных на совершенствование приемов передвижения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	3		
	– Методы обучения и совершенствования техники приемов передвижения и владения оружием в фехтовании			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих обучать технике выполнения приемов передвижений и владения оружием – Составлять комплексы парных упражнений, позволяющих совершенствовать технику выполнения приемов передвижений и владения оружием			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками проведения групповых занятий с использованием в парных упражнениях, направленных на обучение и совершенствование техники выполнения приемов передвижений и владения оружием			

	<i>Знать:</i>	5		
	– Специфику тактической тренировки в фехтовании – Особенности проявления тактических умений в соревновательных боях фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Составлять комплексы парных упражнений, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками проведения парных упражнений и оперативной коррекции в обучении тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий с юными фехтовальщиками			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Взаимодействовать с оружием спортсмена во время проведения индивидуального урока – Правильно подбирать дистанцию для начала и завершения схватки при выполнении избранного действия в заданной ситуации в индивидуальном уроке			
	<i>Владеть:</i>	6		
	– Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе начальной специализации – Навыками проведения индивидуального урока с фехтовальщиками на этапе углубленной специализации			
	<i>Уметь:</i>	8		
	– Управлять состоянием и воздействовать на психо-эмоциональную сферу спортсменов для обеспечения эффективной соревновательной деятельности			
	<i>Владеть:</i>	8		
	– Навыками управления состоянием спортсменов в тренировках и на соревнованиях			
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i>	1		
	– Средства и методы развития двигательных качеств и особенности их проявления при совершенствовании приемов нападения и маневрирования у фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	1		
	– Составлять комплексы упражнений, направленных на специализирование двигательных качеств, позволяющих совершенствовать приемы нападения и маневрирования у юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	2		
	– Критерии оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков – Методики, позволяющие оценить уровень двигательной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Применять методики и упражнения для оценки			

	двигательной подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности юных фехтовальщиков			
	<i>Знать:</i>	4		
	– Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Применять методики для оценки технико-тактической подготовленности в тренировке с юными фехтовальщиками			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков для своевременной коррекции содержания тренировочного процесса			
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i>	2		
	– Особенности организации и проведения соревнований по фехтованию			
	– Технологии судейства соревновательных боев по фехтованию			
	<i>Уметь:</i>	2		
	– Составлять Положение о соревновании			
	– Распределить обязанности между судьями на соревнованиях в предварительном туре и туре прямого выбывания			
	<i>Владеть:</i>	2		
	– Навыками организации и проведения соревнований, осуществлять судейство соревновательных боев			
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i>	6		
	– Методики научных исследований для реализации системы отбора и спортивной ориентации в тренировке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	6		
	– Применять современные методики оценки уровня подготовленности с использованием психодиагностики и двигательных тестов			
	<i>Знать:</i>	8		
	– Особенности организации и проведения научных исследований для оценки подготовленности спортсменов для отбора и комплектования сборных команд в видах фехтования			
	<i>Уметь:</i>	8		
	– Применять современные методики для точной оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков			
	– Применять современные методики для точной оценки психической подготовленности фехтовальщиков			
	– Применять современные методики для точной оценки двигательной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	8		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Навыками точной оценки уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщиков</li> <li>– Навыками точной оценки уровня психической подготовленности фехтовальщиков</li> <li>– Навыками точной оценки уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков</li> </ul>			
<b>ПК-11</b>	<i>Знать:</i>	4		
	– Разновидности форм организации и проведения тренировочных занятий в подготовке фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	4		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Подбирать упражнения в соответствии с особенностями контингента занимающихся фехтовальщиков</li> <li>– Использовать разнообразные формы организации тренировочных занятий фехтовальщиков</li> </ul>			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Организационно-методические основы построения тренировки фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Применять средства и методы тренировки фехтовальщиков с учетом этапа и периода годового цикла подготовки			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками применения средств и методов тренировки фехтовальщиков в различные периоды годового цикла подготовки			
	<i>Знать:</i>	7		
	– Особенности планирования тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Планировать тренировки фехтовальщиков высшей квалификации с учетом календаря соревнований			
	<i>Владеть:</i>	7		
	– Навыками управления подготовкой фехтовальщиков высшей квалификации			
<b>ПК-14</b>	<i>Знать:</i>	3		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Специфические особенности фехтования на рапирах</li> <li>– Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на рапирах</li> </ul>			
	<i>Уметь:</i>	3		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Владеть:</i>	3		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на рапирах			
	<i>Знать:</i>	4		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Специфические особенности фехтования на шпагах</li> <li>– Средства и методы обучения и совершенствования в</li> </ul>			

	фехтовании на шпагах			
	<i>Уметь:</i>	4		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Владеть:</i>	4		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на шпагах			
	<i>Знать:</i>	5		
	– Специфические особенности фехтования на рапирах – Средства и методы обучения и совершенствования в фехтовании на саблях			
	<i>Уметь:</i>	5		
	– Использовать в тренировочном процессе средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Владеть:</i>	5		
	– Навыками применения средств и методов обучения и совершенствования с учетом специфики фехтования на саблях			
	<i>Знать:</i>	7		
	– Методы универсализации технико-тактического оснащения квалифицированных фехтовальщиков – Методы индивидуализации технико-тактической подготовки квалифицированных фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Выявлять недостатки в технико-тактическом оснащении квалифицированных фехтовальщиков для последующей универсализации и индивидуализации их подготовки			
	<i>Владеть:</i>	7		
	– Методами технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков с направленностью на универсализацию и индивидуализацию их подготовки			
<b>ПК-15</b>	<i>Знать:</i>	7		
	– Особенности методов технико-тактического совершенствования для своевременной оценки и анализа результатов тренировочной деятельности – Механизмы оценки индивидуальной подготовленности фехтовальщиков			
	<i>Уметь:</i>	7		
	– Осуществлять самоконтроль технико-тактической подготовленности фехтовальщиками по результатам индивидуальной спортивной деятельности			
	<i>Уметь:</i>	8		
	– Осуществлять педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков – Анализировать и своевременно корректировать планы подготовки фехтовальщиков			
	<i>Владеть:</i>	8		

	<p>– Навыками педагогического контроля технико-тактической подготовленности и оценки результатов спортивной деятельности фехтовальщиков для своевременной коррекции тренировочных планов</p>			
--	--	--	--	--

*Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.*

*Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).*

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет  
 – **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа).

##### Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			8	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			10	28		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			12	30		
<b>Итого за семестр</b>				<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			6	12		
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			6	12		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления			6	12		

	ошибок						
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия			6	12		
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			6	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>60</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>3</b>					
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			6			
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			8	6		
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			8	4		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			8	5		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			8	4		
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			12	7		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков.			10	4		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>5</b>					



16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах фехтования			8	2		
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			6			
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			8	2		
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			8	2		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			10	2		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			14	2		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			6	2		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>7</b>					
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			10	54		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			10	44		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			10	34		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		

<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>8</b>					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию			10	11		
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			14	20		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	20		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>51</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**

### **ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### ***1. Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков***

##### *Практические занятия*

Составление комплексов упражнений и их практическое проведение с задачей совершенствования скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости, гибкости и выносливости. Использование поточного, серийного и других методов выполнения упражнений для совершенствования двигательных качеств. Освоение методов тестирования уровня физической подготовленности.

Педагогические умения и навыки группового и индивидуального совершенствования быстроты, скоростно-силовых способностей, ловкости, гибкости и выносливости.

#### ***2. Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы***

##### *Практические занятия*

Освоение методов специализации быстроты, скоростно-силовых качеств в работе с группой, самостоятельно и у мишени.

Средства для специализации выносливости. Методы совершенствования аэробных и анаэробных механизмов структуре специальной выносливости фехтовальщиков. Фехтовальная ловкость и методы ее совершенствования.

### ***3. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств***

#### ***Практические занятия***

Освоение практических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование и специализацию быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости и гибкости у начинающих.

Проведение тестирования двигательных качеств у начинающих фехтовальщиков (этап начальной специализации).

Составление конспектов основной части урока, включающих проведение упражнений, специализирующих двигательные качества, пространственную точность движений и целевую точность уколов в мишень.

Освоение методик проведения индивидуальных и групповых занятий по двигательной подготовке (выполняемых самостоятельно, по команде или по сигналу, серийно, «поточно») с квалифицированными фехтовальщиками.

### ***4. Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков.***

#### ***Методики и упражнения***

#### ***Практические занятия***

Ознакомление с упражнениями для тестирования скоростно-силовых качеств (Тройной прыжок с места, высота выпрыгивания, челночный бег 4x15м, прыжок в длину с места). Практическое освоение упражнений и педагогических навыков тестирования.

Тестирование быстроты (бег 15-20 м с низкого старта, ускорение с заданного рубежа и финиш через 15 м, теппинг-тест).

Методы исследования ловкости и практическое применение тестов (бег на короткие отрезки из различных исходных положений), челночный бег 4x5 м.; преодоление отрезков, требующих проявлений ловкости (равновесие, переползание, бег) на время.

Практическое освоение методов тестирования выносливости (челночный бег на 20 м в течение одной минуты, бег на средние дистанции).

### ***5. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки***

#### ***Практические занятия***

Разбор типовых приемов фехтования (основные положения, передвижения, приемы игры оружием, способы воздействий на оружие), разновидности атак, защит с ответом, контратак в условиях ведения учебного боя. Фехтовальный темп как критерий оценки атак по способу выполнения. Разновидности атак, различающиеся моментом выполнения и их практическая интерпретация. Разбор «права атаки» и «права ответа», обсуждение и практическое моделирование выделенных ситуаций боя и оценка их эффективности арбитром.

## ***6. Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок***

### ***Практические занятия***

Практическое проведение комплексов упражнений, в соответствии типовой последовательностью обучения отдельному приему: ознакомление, разучивание, совершенствование. Комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приемов и комбинаций приемов передвижения. Подводящие упражнения и упражнения, предупреждающие появление ошибочных движений.

Педагогические навыки выявления ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

Подбор упражнений, направленных на исправление ошибок в технике выполнения приемов нападения и маневрирования.

## ***7. Педагогические навыки составления конспекта тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части занятия***

### ***Практические занятия***

Проведение разминки и упражнений в основной части урока.

Разработка конспектов и состава упражнений в соответствии с педагогическими задачами ознакомления с приемом, разучивания и совершенствования. Их практическая реализация в рамках спортивно-педагогического совершенствования студентов специализации.

Составление конспектов отдельных частей группового занятия по заданию преподавателя. Практическое проведение подготовительной и основной частей занятий по составленному конспекту.

## ***8. Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра***

### ***Практические занятия***

Составление положения о соревнованиях.

Подготовка документации для проведения соревнований. Проведение жеребьевки в личных и командных первенствах. Распределение судей с учетом региональной принадлежности спортсменов. Информация в процессе проведения соревнований. Подведение итогов соревнований.

Практика в организации и проведении соревнований. Практика судейства, выполнения обязанностей главного судьи, главного секретаря, судьи на дорожке.

Практическое освоение технологии судейства в роли арбитра на дорожке. Последовательность разбора фехтовальных фраз, терминология судейства, в том числе французская.

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### **9. Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования.**

#### ***Проведение разновидностей упражнений с партнером***

##### *Практические занятия*

Подбор и проведение комплексов упражнений, способствующих совершенствованию:

- основных положений и техники передвижений;
- приемов и действий в ситуациях выполнения на обусловленный зрительный или тактильный сигнал;
- действий в ситуациях взаимоисключающего выбора между средствами единоборства;
- нападений при выборе открывающегося сектора;
- защит в ситуациях выбора противодействия нападению;
- защит и атак на подготовку при противодействии простым атакам и подготавливающим сближениям;
- защит и контратак при противодействии нападениям различной продолжительности;
- действий в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим;
- переключений от нападений к защитам;
- переключений от неудавшейся защиты к повторной защите;
- переключений от одного нападения к другому;
- переключений от защит к нападениям;
- переключений от нападения в определенный сектор к уколу (удару) в открывающийся сектор;
- действий в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью;
- действий при изменениях дистанции;
- действий при изменениях времени начала схватки;
- действий при изменениях параметров взаимодействия оружием;
- действий в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

### **10. Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики**

#### ***фехтования на рапирах***

##### *Практические занятия*

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на рапирах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений рапириста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколom в туловище внутрь и кнаружи, уколom прямо, переводом;
- атак с финтом, с действием на оружие, комбинированных;
- защит клинком, стоя на месте, с отступлением, со сближением;
- ответов прямо, переводом и с оппозицией;
- контратак в различные секторы поражаемой поверхности, уколom с оппозицией;
- атак с действием на оружие;
- защит и комбинаций защит оружием с ответом.

## ***11. Освоение методики подготовки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)***

### *Практические занятия*

Освоение педагогических навыков проведения упражнений с партнером.

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока с использованием разновидностей парных упражнений:

- упражнений с взаимопомощью;
- взаимуроков;
- защитно-ответного единоборства («рипостной игры»);
- упражнений в «контрах» (обусловленных, необусловленных, с выбором);
- тренировочных боев с установками на совершенствование различных сторон подготовки.

Освоение методических приемов, применяемых при проведении упражнений с партнером: точный показ, краткое объяснение условий выполнения приема и его тактических намерений для применения в условиях боя.

Освоение методических приемов, способствующих эмоциональному проведению упражнений; игровой и соревновательный методы проведения упражнений в групповом уроке с юными фехтовальщиками.

## ***12. Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок***

### *Практические занятия*

Овладение педагогическими навыками создания психологических предпосылок для ускорения процесса совершенствования технико-тактического мастерства фехтовальщика, формирующихся на основе:

- освоения взаимосвязей между определенными действиями (особенно с альтернативными тактическими задачами) и их учет при выборе тактических намерений;
- формирования тактической инициативы;
- создания надежности проявлений достигнутого уровня специализированных умений;

- осознания реальной оснащенности средствами ведения боя и резервов расширения их состава;
- варьирования содержания и направленности индивидуальных уроков;
- приспособления к условиям деятельности в боях и соревнованиях;
- специализации разновидностей двигательной реакции, свойств внимания, памяти, мышления и личностных качеств.

Составление комплексов и проведение упражнений с партнером, способствующих повышению уровня проявлений:

- свойств внимания;
- пространственно-временной точности движений по моменту их начала, исходной дистанции, амплитуде и ритму выполнения.

### ***13. Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах***

#### ***Практические занятия***

Подбор, составление и проведение комплексов подводящих и специально-подготовительных упражнений, способствующих освоению техники фехтования на шпагах.

Освоение методических приемов, применяемых при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.

Освоение педагогических навыков проведения упражнений, направленных на совершенствование:

- атак уколом внутрь и снаружи в руку и туловище с соблюдением линии оппозиции;
- защит клинком и гардой, стоя на месте и в сочетании с передвижениями;
- ответов прямо, переводом и с оппозицией;
- контратак и сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности, уколов с оппозицией;
- атак с действием на оружие;
- защит и комбинаций различных движений оружием;
- ответов с оппозицией.

### ***14. Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки***

#### ***Практические занятия***

Разбор технических и тактических критериев оценки подготовленности в видах фехтования на основе реального наблюдения за соревновательными поединками.

Моделирование ситуаций с различными характеристиками, отражающими уровень квалификации в видах фехтования.

Реализация в тренировочных боях действий, имеющих значимость при оценке уровня технико-тактической подготовленности фехтовальщика.

Освоение навыков проведения педагогических наблюдений, графической и видеозаписи соревновательных поединков с анализом соответствия полученных показателей уровню технико-тактической подготовленности.

### ***15. Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков*** *Практические занятия*

Формы организации занятий в практике подготовки фехтовальщиков различного возраста:

- групповой урок;
- индивидуальный урок;
- боевая практика;
- занятия по физической и теоретической подготовке;
- контрольные и официальные соревнования.

Освоение методики проведения частей урока.

Составление планов-конспектов и проведение подготовительной части урока (с упражнениями без партнера, с партнером, на подсобных снарядах).

Составление планов-конспектов и проведение основной части урока (по обучению технике и тактике фехтования).

Составление планов-конспектов и проведение заключительной части урока (с подбором упражнений, способствующих снижению психо-эмоционального напряжения у занимающихся).

## **ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***16. Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения.*** ***Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и*** ***применения боевых действий в видах фехтования***

#### *Практические занятия*

Подбор комплексов упражнений, способствующих развитию тактических навыков и умений фехтовальщика, и проведению их на занятиях: упражнения на точность и на скорость, выбор дистанции для проведения конкретного действия, выбор времени для наиболее успешного нанесения укола (удара), выбор дистанции для применения подготавливающих действий перед простой атакой или перед защитой.

Освоение педагогических навыков проведения в групповом уроке упражнений с партнером, направленных на развитие тактического мышления по оценке пространственных и временных параметров действий, своих и противника, вариативному выполнению боевых действий фехтовальщиками и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на противодействие противникам, использующим различные модели ведения боя, и их применение на тренировочных занятиях.



### ***17. Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков***

#### ***Практические занятия***

Освоение навыков наблюдения за действиями противников в бою, развитие способности осмысливать увиденное для решения тактических задач в поединке, распознавание намерений противника.

Составление плана боя и умение выполнять действия в бою согласно плану. Практическое освоение методик, подводящих спортсмена к выполнению приемов по заданию.

Совершенствование способностей отслеживать взаимосвязи между определенными действиями и их учет при выборе упражнений для решения поставленных тактических задач.

Составление комплекса упражнений, направленных на развитие интеллектуальных способностей фехтовальщика (взаимосвязь всех сторон подготовки спортсмена, методика построения занятий для групп различной квалификации).

### ***18. Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков***

#### ***Практические занятия***

Освоение педагогических навыков проведения различных форм занятий: группового урока, индивидуального урока, контрольные соревнования и др.

Совершенствование педагогических навыков определять типовую направленность урока (совершенствование состава и повышение результативности действий, подготовка к поединкам с конкретным противником, повторение базовых действий и т.п.) и умений применения различных форм выполнения упражнений.

Умение использовать различные специфические методы тренировки – без противника, с условным противником, с партнером, с противником.

### ***19. Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях***

#### ***Практические занятия***

Освоение базовых действий в фехтовании на саблях: нападение на противника стоя на месте, со сближением, координирование действий с различных дистанций. Техника удара сверху, справа, слева.

Практическое освоение педагогических навыков и использование методик, направленных на техническое выполнение атак с финтами. Практическое освоение атак, различающихся моментом и дистанцией для начала удара (укола).

Освоение защит с ответами простых и с финтом. Укол из положения «оружие в линии», тактическое обоснование контратак.

Практическое освоение навыков выявления ошибок в технике удара, выполнении атак и защит, умений исправлять замеченные ошибки.

## ***20. Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования***

### *Практические занятия*

Выявление специфики тренерской техники при проведении индивидуального урока на различных видах оружия: положение туловища, движения оружием, передвижения, движения с различной амплитудой и темпом и др.

Освоение педагогических навыков применения методик, направленных на развитие тактических умений у спортсменов различной квалификации (повторение действий в заданной ситуации, нормирование количества выполняемых приемов, сочетание альтернативных действий, произвольное чередование взаимозаменяемых действий и др.).

Совершенствование педагогических навыков, направленных на выявление конкретной составляющей выполняемого приема (действия): моментная или ситуационная характеристика, техническая направленность, усвоение целесообразности применения действия и др.

Составление комплексов упражнений, направленных на технико-тактическое совершенствование, используемых в индивидуальном уроке.

Освоение навыков составления конспекта индивидуального урока: подготовительная, основная и заключительная части.

## ***21. Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности***

### *Практические занятия*

Применения типового состава действий и моделирование ситуационных компонентов их подготовки для реализации избранной методики технико-тактического совершенствования в уроке фехтования.

Моделирование тренером условий применения действий для совершенствования специальных умений, основанных на проявлениях двигательных реакций: различать, переключаться, предвосхищать, сохранять устойчивость к рефлекторным помехам, не реагировать на стартовые движения в атаках противника.

Способы моделирования условий для создания у обучаемых устойчивости к рефлекторным помехам от действий оружием и передвижений тренера (партнера).

Индивидуализация выбора действий и ситуаций для их совершенствования у обучаемых, с учетом присущих им психических и двигательных свойств, а также уровня их специальной подготовленности.

Сохранение уровня техники владения оружием и выполнения передвижений у обучаемых на основе: объединения действий в комбинации; выполнения многоступенчатых схваток; повышения психической напряженности

упражнений; усложнения идеомоторных представлений при выборе действий; реализации установок на вероятностный выбор действий в процессе схваток.

Выбор способов оперативного регулирования требований к специальной подготовленности фехтовальщиков за счет изменений в структурах и параметрах схваток.

## ***22. Методы научных исследований в теории и методике фехтования*** *Практические занятия*

Практическое освоение типовых методик исследования: нотационная запись боев, анкетирование.

Составление плана исследований, сбора научной информации, обработки полученных материалов (составление таблиц, схем, графиков), первичный анализ полученных данных, математическая обработка информации.

## **ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### ***23. Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование учебно-тренировочной работы со спортсменами высшей квалификации*** *Практические занятия*

Составление перспективного четырехлетнего плана подготовки спортсменов высшей квалификации по фехтованию. Составление индивидуального плана тренировки спортсмена на годичный цикл. Анализ календаря соревнований и его учет при планировании подготовки спортсменов сборных команд.

Задачи и содержание тренировок по периодам и этапам подготовки. Объемы, интенсивность и психическая напряженность специализированных нагрузок.

Средства и методы физической, технико-тактической, функциональной, психологической подготовки, их взаимосвязи в отдельные периоды и этапы годичного цикла.

Построение недельных микроциклов тренировки на различных этапах подготовки.

### ***24. Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков*** *Практические занятия*

Практика в проведении парных упражнений и индивидуальных уроков с использованием методов технико-тактического совершенствования:

- метод повторения обусловленных действий в заданных ситуациях;
- метод нормирования количества (продолжительности) серий выполняемых действий;
- метод сочетания альтернативных действий при специализировании реагирования;

- метод произвольного чередования взаимозаменяемых действий в заданных ситуациях;
- метод усложнения идеомоторных представлений при выборе и применении действий;
- метод самостоятельного выбора и вербальной установки спортсмена на применение действий;
- метод моделирования тактических сюжетов с вероятностным составом и последовательностью действий в схватке;
- метод моделирования вероятностной последовательности применения действий в бою;
- метод регулирования уровня напряженности упражнений, экстремальности ситуаций.

Составление конспектов, разбор и анализ комплексов упражнений с использованием методов технико-тактического совершенствования действий нападения и обороны со спортсменами различной квалификации.

## ***25. Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков***

### *Практические занятия*

Практика в проведении разминки методом индивидуального урока.

Особенности индивидуальных уроков перед соревновательными боями с направленностью на расширение технико-тактического арсенала у фехтовальщиков. Универсализация в тренировке фехтовальщиков для обеспечения готовности к ведению боя, как в наступлении, так и в обороне.

Учет индивидуальных особенностей фехтовальщиков в их технико-тактическом совершенствовании. Тренировка спортсменов при подготовке к бою со знакомым соперником, с учетом его персональных данных, проявлений двигательных и психических качеств, излюбленной тактики ведения боя.

Практика проведения анализа соревновательных поединков и составления «портретов» известных квалифицированных фехтовальщиков на основе их индивидуальных характеристик.

## ***26. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию***

### *Практические занятия*

Демонстрация управления занимающимися тренерами с различными стилями поведения: авторитарным, демократическим, либеральным. Обсуждение положительных и отрицательных сторон стилей поведения тренеров.

Обсуждение требований к поведению тренера с учетом возрастных особенностей занимающихся: 8-10 лет; 11-13 лет; 14-16 лет; 17-20 лет; 20 лет и старше. Практика в проведении занятий с детьми различных возрастных групп. Особенности управления при проведении занятий в группах со смешанным возрастным контингентом.

**27. Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков**

*Практические занятия*

Составление плана работы комплексной группы исследователей, распределение между ними функциональных обязанностей для подготовки к оценке технико-тактического оснащения фехтовальщиков высокой квалификации. Применение видеозаписи соревновательных боев, нотационно-графическая расшифровка разновидностей применяемых действий. Оперативная обработка полученных результатов. Коррекции в выборе моделей ведения боя с персональными соперниками.

Применение психодиагностических методов для оценки состояния психоэмоциональной сферы у фехтовальщиков. Оперативный анализ уровня психической напряженности выполняемых спортсменами специализированных заданий, коррекции в их объемах и интенсивности.

Распределение обязанностей в группе исследователей и практическое применение методик для оценки двигательной подготовленности и специальной работоспособности фехтовальщиков.

**28. Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков**

*Практические занятия*

Просмотр и анализ видеозаписей сильнейших фехтовальщиков России и зарубежных мастеров, расшифровка и сопоставление показателей применения действий в поединках.

Составление досье на определенных членов команд по видам фехтования.

Составление практических рекомендаций для фехтовальщиков с учетом объемов применения и результативности действий в соревновательных поединках.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### ***Балльная система контроля обучения***

Балльная система контроля успеваемости студентов является одним из компонентов системы зачетных единиц. Балльная система позволяет стимулировать систематическую учебную деятельность студентов на протяжении всего учебного года и обеспечивает контроль за этой деятельностью, а также стимулирует творческую активность студентов, их самостоятельную работу.

Балльная система предусматривает наличие рубежного (экзамен, зачет) и текущего (участие в семинарах, выполнение домашних заданий, контрольных работ, компьютерное тестирование, подготовка и защита рефератов и т. п.) контроля успеваемости. Составной частью текущего контроля является контроль за посещаемостью учебных занятий. Данная система не касается итогового контроля – итоговой государственной аттестации.

Итоговая оценка за весь период изучения дисциплины или этап изучения, завершающийся зачетом или экзаменом, выражается суммой полученных баллов (по 100-бальной шкале). Студент набирает баллы на каждом виде текущего контроля, включая посещение учебных занятий, и рубежного контроля.

Виды текущего контроля, их количество, число баллов, начисляемых на каждом виде, определяется кафедрой, преподающей данную дисциплину. На каждые 20-24 часа аудиторных занятий должно быть не менее двух видов текущего контроля, в том числе контроль посещения занятий. Баллы, полученные только на рубежном контроле, не должны обеспечить получение положительной итоговой оценки.

Удельный вес в общей оценке успеваемости различных видов рубежного контроля должен различаться. Так за отличную сдачу экзамена начисляется 30 баллов, сдача на четверку соответствует 20 баллам, на тройку – 10, за сдачу зачета – до 20 баллов.

При разработке и реализации балльной системы оценки успеваемости установлены виды текущего контроля и их «стоимость» в баллах, с указанием перечня видов текущего контроля, сроках и форме их проведения, количестве начисляемых баллов, которые представлены в Информационных справках.

Баллы за посещение занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение занятий суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.

По каждому виду учебной работы максимальное количество баллов выставляется при условии выполнения его на «отлично».

При неудовлетворительной оценке за выполнение какого-либо вида текущего контроля баллы не начисляются. Набранная сумма баллов используется для определения итоговой оценки.

### *Примерная шкала оценки различных видов текущего контроля*

№ п/п	Виды текущего контроля	Максимальное число баллов	Сроки проведения
1	Посещение учебных занятий	15	Весь период
2	Выступление на семинаре	15	
3	Написание реферата	20	
4	Подготовка конспекта тренировочного занятия (индивидуальных уроков)	15	
5	Участие в обсуждении вопросов по изучаемой теме	15	
6	Сдача зачета / экзамена	20 / 30	

В экзаменационные ведомости заносятся оценки, как по пятибалльной системе, так и по шкале ECTS.

Для получения зачета необходимо набрать количество баллов, соответствующее оценке «удовлетворительно» (D), т.е.  $\geq 61$ . Для стимулирования работы студентов по дисциплине за период, завершающийся зачетом, необходимо в зачетных ведомостях дублировать оценку «зачтено» оценкой по шкале ECTS. Ниже приводится шкала таких оценок.

Бальная система контроля успеваемости студентов предусматривает не только дифференцированную оценку различных видов учебной работы, но и соблюдение сроков их выполнения.

Студент, без уважительной причины не выполнивший контрольные задания и не набравший минимальное количество баллов, необходимых для получения зачета или экзаменационной оценки по окончании изучения дисциплины, может быть допущен к повторному ее изучению на коммерческой основе. При его отказе от этого или при повторном получении неудовлетворительной оценки он подлежит отчислению из университета.

#### **5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационных справках по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины)**

##### ***Цель и задачи текущего контроля***

Виды контроля:

1. Входной – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. Рубежный (периодический) – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. Текущий – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ.

4. Итоговый – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

5. Остаточный (контроль остаточных знаний) – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.) материала; на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

Главная **цель** текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей.

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда **актуальных задач** обучения:

- интенсивное выявление индивидуальных особенностей;
- оперативное определение материала, требующего доработки;
- стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль);
- повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

**Функции** текущего контроля:

- содействует более оперативному выявлению «отстающих» обучаемых для надлежащего реагирования;
- оптимизирует индивидуальные занятия;
- рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

2. На каждом занятии необходимо отводить время для проверки знаний и навыков студентов по пройденному материалу и усвоения изучаемой темы.

3. Текущим контролем должно быть охвачено как можно больше обучаемых с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Условия активизации текущего контроля:

- содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля;
- стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля;
- рационализация усилий по организации активного текущего контроля.

Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

Улучшение изучения обучаемых является не перегрузкой, а минимально необходимым условием эффективности любого обучения.



### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 1-м курсе***

1. Проведение тренировочных занятий по программе ДЮСШ для групп начальной подготовки юных фехтовальщиков:
  - 1.1. Занятия по ОФП.
  - 1.2. Упражнения для освоения техники приемов.
  - 1.3. Упражнения для освоения тактических умений.
  - 1.4. Упражнения, проводимые в форме индивидуального урока.
2. Написание положения о соревнованиях по фехтованию в соответствии с предложенной преподавателем структурой.
3. Составление сметы на проведение соревнований по фехтованию.
4. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 1-м курсе***

1. Основы техники фехтования. Краткая характеристика соревновательной деятельности.
2. Характеристика двигательных качеств фехтовальщика.
3. Особенности проведения упражнений без партнера.
4. Типовые ошибки и их предупреждение при обучении боевой стойки и приемов нападения и маневрирования у начинающих фехтовальщиков.
5. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и juniоров по фехтованию (юноши и девушки).
6. Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации.
7. Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки.
8. Методика предупреждения, выявления и исправления ошибок при обучении и совершенствовании действий фехтовальщиков.
9. Состав типовых приемов в фехтовании. Фехтовальный темп, как основа системы оценки фехтовальных приемов. Приемы и действия.
10. Тактическая характеристика действий в фехтовании. Разновидности атак, защит с ответом и контратак.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 2-м курсе***

1. Групповой урок в фехтовании. Составные части и педагогические задачи.
  - 1.1. Проведение подготовительной части урока.
  - 1.2. Проведение основной части урока.
  - 1.3. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на рапирах.
  - 1.4. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на шпагах.
  - 1.5. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах.

- 1.6. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на рапирах
2. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 2-м курсе***

1. Группы начальной подготовки в системе ДЮСШ. Наполняемость групп, отбор и планирование подготовки в годичном цикле.
2. Техничко-тактическая характеристика фехтования на рапирах и шпагах.
3. Подготавливающие действия в поединках фехтовальщиков.
4. Специальные умения, основанные на проявлении двигательных реакций.
5. Особенности техники фехтования на шпагах. Типовые ошибки при выполнении нападений в верхний сектор.
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными фехтовальщиками.
7. Содержание и направленность тренировки в тренировочных группах ДЮСШ.
8. Современные методы оценки и анализа эффективности действий в поединках фехтовальщиков.
9. Психические качества фехтовальщика и их проявление в соревновательной деятельности.
10. Характеристика основных методов исследования, используемых в теории и методике фехтования.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 3-м курсе***

1. Проведение упражнений с взаимопомощью в фехтовании на саблях.
2. Проведение упражнений в «контрах» в фехтовании на саблях.
3. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на рапирах.
4. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на шпагах.
5. Освоение тренерской техники подачи оружия и передвижений в индивидуальном уроке с фехтовальщиками на саблях.
6. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях боя.
7. Изучение методов научных исследований в теории и методике фехтования.
8. Изучение основ планирования, управления тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации.
9. Изучение методов универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков.

## 10. Подготовка к сдаче микрозачетов по ОФП и СФП.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 3-м курсе***

1. Техничко-тактическая характеристика фехтования на саблях.
2. Тренировочные бои в тренировке фехтовальщиков на саблях.
3. Методы тренировки в видах фехтования с учетом контингента занимающихся.
4. Формы организации занятий и проведения упражнений в тренировке фехтовальщиков.
5. Тактические умения на возрастных этапах подготовки фехтовальщиков.
6. Последовательность освоения отдельного приема в тренировке фехтовальщиков.
7. Выносливость и особенности ее проявления в многоступенчатых соревнованиях по фехтованию.
8. Содержание интеллектуальной подготовки фехтовальщика.
9. Тактические характеристики подготовки и применения действий в поединках фехтовальщиков.
10. Тренировочные нагрузки, используемые для планирования подготовки фехтовальщиков в годичном цикле, их динамика по этапам годичного цикла тренировки.

### ***Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы для обучающихся на 4-м курсе***

1. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе начальной специализации.
2. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе углубленной специализации.
3. Разработка годичного плана подготовки на возрастном этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Анализ структуры и содержания индивидуальных уроков с квалифицированными фехтовальщиками в различные периоды подготовки.
5. Совершенствование действий в безальтернативных ситуациях.
6. Совершенствование действий в ситуациях альтернативного выбора.
7. Совершенствование действий с установкой на их чередование в обусловленной ситуации.
8. Совершенствование действий в ситуации предвосхищения траектории движения оружия обороняющегося противника.
9. Совершенствование действий в моделируемых тренером ситуациях боя.
10. Проведение оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков.

### ***Примерная тематика рефератов для обучающихся на 4-м курсе***

1. Управление подготовкой фехтовальщиков. Виды и особенности планирования с учетом полисоревновательности в системе тренировки фехтовальщиков.
2. Характеристика составляющих профессионально-педагогической деятельности тренера по фехтованию.
3. Средства и методы релаксации после значительных соревновательных нагрузок.
4. Опорные признаки индивидуализации технико-тактического оснащения фехтовальщиков.
5. Построение моделей соревновательной деятельности с учетом персональных особенностей противника в предстоящем бою.
6. Тактические основы ведения боя.
7. Травматизм во время тренировки и соревнований по фехтованию. Меры предупреждения травматизма.
8. Средства педагогического контроля соревновательной деятельности фехтовальщиков.
9. Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию.
10. Стартовые состояния фехтовальщиков. Средства и методы регуляции предстартовых состояний.

### **5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

#### ***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе***

1. Состав технических приемов фехтования, их систематика.
2. Динамические и кинематические характеристики выполнения приема.
3. Пространственные, временные, силовые, ритмические характеристики выполнения приема.
4. Секторы поражаемой поверхности, понятие о фехтовальной линии, позиции и соединения.
5. Тактические термины: боевое действие, атака, защита, ответ, контратака.
6. Разновидности атак с учетом ситуационных и моментных характеристик их применения: основные, на подготовку, ответные, повторные.
7. Разновидности атак с учетом целевых и количественных характеристик взаимодействия с клинком противника: прямо, переводом, с финтами, с действием на оружие, комбинированные.

8. Разновидности подготавливающих действий: маневрирование, манипулирования клинком, имитации уколов (ударов) и отражений клинка, угрозы нанесения уколов (ударов), положение клинка «в линии».

9. Понятие о фехтовальном темпе и его значение в теории фехтования. Право атаки и ответа.

10. Понятия о приеме и действии в фехтовании.

11. Взаимосвязь техники и тактики в фехтовании.

12. Физическая подготовка, как важный раздел тренировочной деятельности.

13. Двигательные качества фехтовальщика.

14. Методы совершенствования быстроты.

15. Методы совершенствования скоростно-силовых способностей.

16. Методы совершенствования ловкости.

17. Методы совершенствования выносливости.

18. Методы совершенствования гибкости.

19. Различия в проявлениях общей и специальной быстроты в фехтовании.

20. Различия в проявлениях общей и специальной ловкости в фехтовании.

21. Различия в проявлениях общей и специальной гибкости в фехтовании.

22. Различия в проявлениях общей и специальной выносливости в фехтовании.

23. Методика составления комплексов упражнений, направленных на развитие двигательных качеств у юных фехтовальщиков.

24. Методика составления комплексов упражнений, направленных на совершенствование специальных двигательных качеств фехтовальщиков.

25. Особенности применения методов совершенствования быстроты на различных этапах подготовки.

26. Особенности применения методов совершенствования скоростно-силовых способностей на различных этапах подготовки.

27. Особенности применения методов совершенствования ловкости на различных этапах подготовки.

28. Особенности применения методов совершенствования гибкости на различных этапах подготовки.

29. Особенности применения методов совершенствования выносливости на различных этапах подготовки.

30. Педагогические требования к объяснению и показу приема.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 2-м курсе***

1. Цели тренировки в фехтовании.

2. Частные задачи тренировки.

3. Компоненты содержания тренировки фехтовальщиков.

4. Особенности техники фехтования на рапирах.
5. Соотношения средств единоборства в фехтовании на рапирах.
6. Типовые ошибки в использовании приемов нападения и маневрирования.
7. Типовые ошибки при выполнении укола прямо, переводом.
8. Особенности техники фехтования на шпагах.
9. Анализ техники основных положений и передвижений шпажиста.
10. Методические приемы, применяемые при обучении и совершенствовании основных положений и передвижений шпажиста.
11. Двигательная структура отдельного приема в фехтовании на шпагах.
12. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению и совершенствованию техники фехтования на шпагах.
13. Ошибки в технике выполнения приемов и действий в фехтовании на шпагах.
14. Методы исправления ошибок у фехтовальщиков на шпагах.
15. Контроль за процессом овладения техникой приемов фехтования на шпагах.
16. Особенности техники атак углом в различные секторы поражаемой поверхности.
17. Особенности техники защит: прямых, полукруговых, круговых.
18. Особенности защит клинком и гардой.
19. Особенности ответов прямо и переводом, с оппозицией.
20. Особенности ответов одной рукой, с полувыводом, выпадом и «стрелой».
21. Особенности техники уколов в контратаках.
22. Особенности техники уколов в повторных и ответных атаках.
23. Особенности техники сдвоенных уколов в различные секторы поражаемой поверхности.
24. Особенности техники атак с действием на оружие.
25. Особенности техники атак с оппозицией.
28. Особенности техники сложных защит сочетанием различных движений оружием.
29. Особенности техники ответов после защит уколом без оппозиции и с оппозицией.
30. Методика педагогических наблюдений с использованием записи соревновательных боев.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 3-м курсе***

1. Общая характеристика упражнений: подводящих, специально-подготовительных и соревновательных в тренировке.
2. Охарактеризовать методы тренировки, применяемые в фехтовании.
3. Рассказать о специфических методах тренировки в фехтовании.

4. Методы, используемые в фехтовании для совершенствования специализированных умений.
5. Методы для овладения основными положениями и передвижениями и их совершенствования, используемые в фехтовании на саблях.
6. Методы, используемые в фехтовании на саблях для совершенствования различных компонентов техники.
7. Методика технической подготовки в фехтовании и ее особенности в зависимости от периодов и этапов годового цикла.
8. Методика составления комплекса упражнений, моделирующих ситуации боя с различными проявлениями двигательных реакций у фехтовальщиков на саблях.
9. Общая характеристика средств тактической подготовки фехтовальщиков.
10. Особенности проведения упражнений с партнером.
11. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование техники.
12. Особенности проведения индивидуального урока, направленного на совершенствование тактики.
13. Создание условий в индивидуальном уроке для проведения приемов, направленных на совершенствование специализированных умений.
14. Методика, используемая для формирования навыка наблюдения фехтовальщика за спортивными боями.
15. Систематизация и содержание упражнений для развития тактических умений и способностей.
16. Критерии оценки тактической подготовленности фехтовальщиков.
17. Отличительные особенности проведения парных упражнений и индивидуального урока в фехтовании.
18. Специализирование двигательных качеств у фехтовальщика.
19. Упражнения для воспитания навыков в определении расстояний, целевой точности.
20. Характеристика комплексных качеств у фехтовальщика, их развитие.
21. Комплекс мероприятий, направленных на оптимизацию уровня мотивации на спортивные достижения.
22. Комплекс упражнений, направленный на специализирование двигательных реакций, внимания, мышления, идеомоторных представлений.
23. Компоненты психологической подготовки.
24. Упражнения для развития устойчивости к помехам.
25. Средства ликвидации барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию.
26. Определение уровня психологической подготовленности.
27. Характеристика форм и методов интеллектуальной подготовки.
28. Взаимосвязь интеллектуальной подготовки с другими сторонами подготовки.
29. Методика построения занятий в группах различной квалификации.

30. Методы исследования, используемые для оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков.

***Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине  
для обучающихся на 4-м курсе***

1. Взаимодействие методов тренировки при подготовке к соревнованиям.
2. Оптимизация подбора средств и методов управления и технико-тактической подготовки.
3. Перспективное и годичное планирование.
4. Задачи и направления тренировочной работы по периодам в годичном цикле тренировки.
5. Организационные формы и содержание занятий на различных этапах подготовки.
6. Периоды тренировки. Характеристика циклов и этапов тренировки.
7. Тренировочная нагрузка фехтовальщиков, ее объемы, интенсивность и психическая напряженность нагрузки.
8. Утомление и восстановление в фехтовании.
9. Цикличность и периодизация тренировочного процесса фехтовальщиков.
10. Понятия микроциклов, мезоциклов, макроциклов и мегациклов.
11. Показатели, используемые при планировании годичного цикла.
12. Кривая психической напряженности.
13. Сочетание методов и средств специальной подготовки фехтовальщика в микроциклах тренировочного процесса.
14. Контроль за выполнением планов тренировки.
15. Индивидуальный план тренировки фехтовальщика и ведение дневника тренировки.
16. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам подготовки.
17. Виды планирования и их особенности. Принцип неразрывности видов планирования.
18. Характеристика перспективного планирования.
19. Характеристика текущего планирования.
20. Характеристика оперативного планирования.
21. Требования к планированию.
22. Методика планирования объема, интенсивности и характера тренировочных нагрузок.
23. Характер тренировочных нагрузок и распределение их по этапам и циклам.
24. Планирование спортивного результата, необходимого для достижения победы в главных соревнованиях сезона.
25. Учет возраста, спортивного стажа, состояния здоровья для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.



26. Учет морфофункциональных показателей, уровня физической и психической подготовленности для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

27. Учет технической подготовленности и оснащенности средствами единоборства для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

28. Учет тактической подготовленности для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

29. Учет медико-биологических признаков функционального состояния для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

30. Учет способностей восстанавливаться после физической и психической нагрузки для моделирования требований к подготовленности фехтовальщика.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»**

### **а) Основная литература:**

1. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. В.А.Аркадьева. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 482 с.
2. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. К.Т.Булочко – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 427 с.
3. Фехтование: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 331 с.
4. Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры / Под общ.ред. Д.А.Тышлера – М.: Изд. ФОН, 1997. – 385 с.
5. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой / Составитель и общий редактор Д.А. Тышлер. – М.: Человек, 2014. – 232 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Аркадьев В.А., Хозиков Ю.Т. Фехтование. Индивидуальный урок. – М.: Советская Россия, 1962. -
2. Аркадьев В.А. Тактика в фехтовании. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.
3. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. – Киев: Здоров'я, 1977. – 181 с.
4. Келлер В.С., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 182 с.
5. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Тренировка в фехтовании на рапирах. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – 195 с.
6. Мидлер М.П., Тышлер Д.А. Психологическая подготовка фехтовальщиков. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 127 с.
7. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.
8. Мовшович А.Д. Тренировка юных фехтовальщиков : монография. – М.: Физическая культура, 2013. – 114 с.
9. Пономарев А.Н. Парные упражнения в подготовке фехтовальщика. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 102 с.
10. Пономарев А.Н. Фехтование: от новичка до мастера. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
11. Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской Федерации / Под общей редакцией А.И. Павлова. – М., 2007. – 128 с.
12. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фехтование» / Под общей редакцией А.Д. Мовшовича. – М., 2016. – 252 с.

13. Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Фехтование на шпагах (Соревновательная деятельность и методика технико-тактического совершенствования). – Минск: Вышэйшая школа, 1985. – 160 с.

14. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

15. Тышлер Д.А. Фехтование на саблях (Соревновательная деятельность, спортивные способности и специализированные умения). – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 127 с.

16. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Физическая подготовка юных фехтовальщиков. – М.: Советский спорт, 1996. – 74 с.

17. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2001. – 254 с.

18. Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков: Учебно-методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2008. – 153 с.

19. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

20. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

21. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

22. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

23. Фехтование: Правила соревнований. – М.: Терра-Спорт, 1999. – 160 с.

24. Фехтование: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2004. – 144 с.

25. Фехтование: Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта для реализации в организациях дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. – М.: Человек, 2015. – 56 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://rusfencing.ru> – Федерация фехтования России

<http://fencingfuture.org/> – Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

<http://www.fie.ch/> – Международная федерация фехтования

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

**– программное обеспечение дисциплины:**

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

**–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

**Тренажер Тышлера**

Тренажер Тышлера («ТТ») имеет 8 различных режимов работы (программ тренировки), для которых может быть создано бесконечное

количество упражнений в дополнение к тем, что представлены в настоящем пособии.

Прибор запрограммирован на воспроизведение непредсказуемой последовательности звуковых сигналов для тренировки простых двигательных реакций. В результате многолетних наблюдений выявлено точное соотношение между последовательностью сигналов для тренировки реакций выбора (выбор из двух возможных действий), реакций переключения (от заданного действия к другому действию), предвосхищения дистанции, тренировки передвижений и др.

Реагирование на звуковые сигналы поможет овладеть ритмическими основами выполнения технически сложных движений, как в гимнастике, прыжках вводу, фигурном катании.

Известно, что для того, чтобы добиться результатов в современном спорте, необходимо тренироваться 5-6 раз в неделю и даже несколько раз в день. Это не позволяет совмещать спорт, работу и личную жизнь. Решить такую проблему теперь поможет «ТТ», ведь он моделирует индивидуальный урок с тренером и даже фехтовальный поединок, облегчает тренировку передвижений. Повторение часто используемых и наиболее эффективных приемов, применяемых в бою или фехтовальном уроке, помогает спортсменам совершенствовать технику их выполнения, скорость, точность, правильные реагирования и принятие решений на много быстрее, чем приходится в течение боя.

### **Фехтовальный тренажер ФТ-1**

Фехтовальный тренажер ФТ-1 (в дальнейшем тренажер) предназначен для повышения эффективности тренировок и оказания помощи тренеру по оценке текущего состояния одного или двух спортсменов в двух видах оружия: рапира и шпага.

Тренажер имеет большое количество настроек для создания оптимального режима тренировки. Настройка тренажера производится тренером или спортсменом вручную перед тренировочным циклом (в дальнейшем ТЦ).

ТЦ начинается сразу после нажатия кнопки «Старт». С этого момента тренажер в автоматическом режиме задает темп и объем тренировочного цикла, порядок действий спортсмена, а также получение, обработку и отображение различной числовой информации, включающей в себя, в том числе, время реакции и точность попадания в цель.

Тренажер поддерживает виды фехтования: на рапирах и шпагах.

Вид оружия определяется автоматически во время остановленной тренировки.

Тренажер оснащен десятью стационарными датчиками и одним переносным. Стационарные датчики разбиты на три группы: фронтальные (6 штук), левые боковые (2 штуки) и правые боковые (2 штуки). В каждой тренировке работает только две группы датчиков. В зависимости от стойки, которая может быть изменена при помощи кнопки «стойка» на пульте дистанционного управления, возможны только два варианта группировки датчиков:

- при левосторонней стойке задействованы фронтальные и левые боковые датчики;

- при правосторонней стойке задействованы фронтальные и правые боковые датчики.

Тренажер поддерживает четыре вида переключения стационарных датчиков:

- простой (всегда выбирается один датчик);

- змейка (в каждой попытке выбирается новый датчик в порядке возрастания номеров);

- случайный (в каждой попытке выбирается новый датчик в случайном порядке);

- смешанный (выполняется поочередно по 10 попыток режимы простой, змейка и случайный). В простом режиме можно выбрать необходимый датчик последовательным нажатием на кнопку «режим» пульта дистанционного управления.

Тренажер может находиться в одном из трех режимов:

- «автономный» (к тренажеру не подключен кабель связи с другим тренажером);

- «ведущий» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведущий»);

- «ведомый» (к тренажеру подключен кабель связи разъемом с надписью «ведомый»).

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Оборудование для проведения занятий

**Учебная аудитория (246)** для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. Аудитория оснащена мультимедийным специализированным оборудованием, которое включает проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант».

Материально-техническое обеспечение для проведения занятий по дисциплине также включает:

- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- Плеер DVD BVK – 2007 г.
- Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- Монитор сердечного ритма Polar S-610.

**Специализированный фехтовальный зал (231)** для проведения учебно-методических занятий, учебной и боевой практики со студентами. Зал оснащен мишенями, зеркалами и манекенами. В зале расчерчены фехтовальные дорожки для проведения тренировочных и соревновательных боев.

Для проведения занятий используется спортивный инвентарь:

- Учебные и электрофицированные рапиры, сабли и шпаги.
- Фехтовальная экипировка: костюмы, маски, перчатки, шнуры, электрофицированные куртки.
- Аппараты-электрофиксаторы уколов.
- Подводящие электрокабели.
- Катушки-сматыватели.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «**Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)**» для обучающихся института **Спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы** направления подготовки **49.03.01 – «Физическая культура»**, профилю «**Спортивная подготовка**» **очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Участие в обсуждении на практическом занятии педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков	4 неделя	5
3	Письменная работа на тему «Средства и методы совершенствования двигательных качеств и специализированность их проявлений в фехтовании»	8 неделя	5
4	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений с направленностью на совершенствование двигательных качеств» (по заданию преподавателя)	10 неделя	5
5	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для тестирования двигательных качеств у юных фехтовальщиков» (по заданию преподавателя)	22 неделя	5
6	Письменная работа на тему «Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки»	24 неделя	5
7	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам передвижения в видах фехтования	26-28 недели	5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения подготовительной и основной частей тренировочного занятия	30-34 недели	5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



9	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения подготовительной части урока» (по заданию преподавателя).	36 неделя	5
10	Письменная работа на тему «Составление комплекса упражнений для проведения основной части урока» (по заданию преподавателя).	38 неделя	5
11	Выполнение практических заданий по организации и проведению соревнований по фехтованию	40 неделя	5
12	Выполнение функций арбитра на соревнованиях по фехтованию	41-42 недели	5
	<b>экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### *Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Подготовка презентации по теме пропущенного занятия	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	<i>15</i>
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования техники приемов передвижения и управления оружием в фехтовании</i>	<i>2 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером (по заданию преподавателя)</i>	<i>3 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на рапирах»</i>	<i>7 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Учебная практика в проведении основной части тренировочного занятия (по заданию преподавателя)</i>	<i>10 неделя</i>	<i>5</i>
6	<i>Письменная работа на тему «Факторы, влияющие на психическую сферу фехтовальщика и определяющие степень напряженности выполняемой нагрузки»</i>	<i>15-17 недели</i>	<i>5</i>
7	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на шпагах»</i>	<i>23 неделя</i>	<i>5</i>
8	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о методике обучения приемам и действиям в фехтовании на шпагах</i>	<i>26-28 недели</i>	<i>5</i>
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения тренировочных занятий по обучению фехтованию на рапирах и шпагах</i>	<i>30-34 недели</i>	<i>5</i>
10	<i>Письменная работа на тему «Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков».</i>	<i>36-37 недели</i>	<i>5</i>
11	<i>Выполнение практических заданий по организации и проведению тестирования технико-тактической</i>	<i>38-41 недели</i>	<i>5</i>

	<i>подготовленности</i>		
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием различных форм организации тренировочного процесса с юными фехтовальщиками</i>	<i>42-44 недели</i>	<i>5</i>
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### ***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение года обучения</i>	<i>15</i>
2	<i>Участие в обсуждении на практическом занятии методов обучения и совершенствования тактики ведения соревновательной деятельности в фехтовании</i>	<i>3 неделя</i>	<i>5</i>
3	<i>Проведение на практических занятиях упражнений с партнером, направленных на обучение тактическим умениям и навыкам применения боевых действий (по заданию преподавателя)</i>	<i>5 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Письменная работа на тему «Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков»</i>	<i>7 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Учебная практика в подготовке и проведении тренировочных занятий на основе организационно-методических положений построения тренировки фехтовальщиков (по заданию преподавателя)</i>	<i>10-13 недели</i>	<i>5</i>
6	<i>Письменная работа на тему «Средства и методы обучения в фехтовании на саблях»</i>	<i>15-17 недели</i>	<i>5</i>
7	<i>Практическая реализация навыков владения тренерской техникой передвижения и управления оружием в видах фехтования</i>	<i>22-25 недели</i>	
8	<i>Письменная работа на тему «Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности»</i>	<i>27 неделя</i>	<i>5</i>
9	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных уроков по обучению фехтованию на рапирах</i>	<i>30-34 недели</i>	<i>5</i>
10	<i>Участие в обсуждении и практическая реализация знаний об особенностях проведения индивидуальных</i>	<i>36-37 недели</i>	<i>5</i>

	<i>уроков по обучению фехтованию на саблях</i>		
11	<i>Выполнение практических заданий по составлению конспектов, организации и проведению индивидуальных уроков</i>	<i>38-40 недели</i>	<i>5</i>
12	<i>Выполнение практических заданий с использованием результатов научных исследований для оценки уровня подготовленности юных фехтовальщиков</i>	<i>41-43 недели</i>	<i>5</i>
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### **Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» для обучающихся института Спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка» очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Сроки изучения дисциплины: 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение года обучения	15
2	Письменная работа на тему «Управление подготовкой квалифицированных фехтовальщиков»	3 неделя	5
3	Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе спортивной специализации	5-7 недели	5
5	Разработка на практических занятиях планов тренировочной работы для фехтовальщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства	10-13 недели	5
6	Практическая реализация навыков владения тренерской техникой в индивидуальных уроках с применением различных методов технико-тактического совершенствования	22-24 недели	5
7	Письменная работа на тему «Психолого-педагогические характеристики деятельности тренера по фехтованию»	29 неделя	5
8	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки технико-тактической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков	30-32 недели	5
9	Участие в обсуждении и практическая реализация знаний о критериях оценки психической подготовленности квалифицированных фехтовальщиков	33-35 недели	5
10	Выполнение практических заданий по оценке технико-тактической оснащенности квалифицированных фехтовальщиков	35-36 недели	10
11	Выполнение практических заданий по оценке	37-39 недели	10

	<i>психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков</i>		
	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

***Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия***

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Подготовка презентации по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы».

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт **Спорта и физического воспитания**

Кафедра **Теории и методики фехтования, современного пятиборья,  
восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.В.0Д.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ФЕХТОВАНИЕ)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 – «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора – 2015 г.

Москва – 2017



**1. Общая трудоемкость дисциплины** составляет – **20 зачетных единиц, 720 академических часов** (экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа).

**2. Семестры освоения дисциплины:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры.

### **3. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» по профилю «Спортивная подготовка», в соответствии с общими целями основной образовательной программы (ООП) высшего образования, является изучение методических основ спортивной тренировки фехтовальщиков, совершенствование специальных умений и профессионально-педагогических навыков проведения тренировочных занятий во всех звеньях физкультурно-спортивного движения, с учетом контингента занимающихся, их индивидуальных особенностей.

Освоение дисциплины направлено на развитие умений анализировать и давать оценку эффективности ведения тренировочного процесса, выявлять и внедрять в практику собственный опыт и данные о достижениях передовых отечественных и зарубежных специалистов.

### **4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)» у выпускника должны быть сформированы общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

– способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8).

Выпускник, освоивший программу дисциплины, должен обладать профессиональными компетенциями (ПК), соответствующими виду профессиональной деятельности, на который ориентирована программа бакалавриата:

*тренерская деятельность:*

– способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ПК-10);

– способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями (ПК-14);

– способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

## 5. Краткое содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (фехтование)»

### Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>		<b>1</b>					
1	Освоение педагогических умений, направленных на решение задач совершенствования двигательной тренировки фехтовальщиков			8	20		
2	Специализация двигательных качеств на основе использования приемов нападения и маневрирования. Средства и методы			10	28		
3	Методы проведения групповых занятий по двигательной подготовке фехтовальщиков разного возраста и квалификации. Индивидуальные программы совершенствования двигательных качеств			12	30		
<b>Итого за семестр</b>				<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>Промежуточная аттестация</b>							
		<b>2</b>					
4	Тестирование уровня двигательной подготовленности фехтовальщиков. Методики и упражнения			6	12		
5	Типовые приемы ведения боя и критерии их оценки			6	12		
6	Практическое освоение методики обучения приемам передвижения в видах фехтования. Педагогические навыки выявления и исправления ошибок			6	12		
7	Педагогические навыки составления плана тренировочного занятия и его частей. Проведение разминки и упражнений в основной части			6	12		

	занятия						
8	Организация и проведение соревнований по фехтованию. Обучение технологии судейства в качестве арбитра			6	12		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>60</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>3</b>					
9	Техническая тренировка. Методы обучения и совершенствования. Проведение разновидностей упражнений с партнером			6			
10	Фехтование на рапирах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на рапирах			8	6		
11	Освоение методики тренировки юных фехтовальщиков (учебная практика проведения основной части занятия)			8	4		
12	Разбор и анализ положений, определяющих психограмму фехтования, в условиях практического выполнения специализированных нагрузок			8	5		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>4</b>					
13	Фехтование на шпагах. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на шпагах			8	4		
14	Критерии оценки технико-тактической подготовленности фехтовальщиков. Практический разбор и освоение навыков оценки			12	7		
15	Формы организации тренировочного процесса фехтовальщиков.			10	4		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>5</b>					
16	Тактика фехтования. Тактическая тренировка и тактические умения. Методика обучения тактическим умениям и навыкам подготовки и применения боевых действий в видах			8	2		

	фехтования						
17	Интеллектуальная подготовка и ее содержание. Главные составляющие интеллектуальной подготовки фехтовальщиков			6			
18	Освоение организационно-методических основ построения тренировки фехтовальщиков			8	2		
19	Фехтование на саблях. Анализ специфических особенностей единоборства. Средства и методы обучения с учетом специфики фехтования на саблях.			8	2		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>6</b>					
20	Тренерская техника проведения индивидуального урока. Освоение техники стойки тренера, подачи оружия и способов передвижений в видах фехтования			10	2		
21	Особенности в содержании и проведении тренером индивидуальных уроков с фехтовальщиками различного уровня подготовленности			14	2		
22	Методы научных исследований в теории и методике фехтования.			6	2		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>					<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>7</b>					
23	Управление подготовкой фехтовальщиков. Планирование тренировочной работы с фехтовальщиками высшей квалификации			10	54		
24	Методы технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков			10	44		
25	Методы универсализации и индивидуализации технико-тактической подготовки фехтовальщиков			10	34		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>						
		<b>8</b>					
26	Психолого-педагогические характеристики деятельности			10	11		

	тренера по фехтованию						
27	Организация и проведение мероприятий для оценки компонентов технико-тактической, психической и двигательной подготовленности квалифицированных фехтовальщиков			14	20		
28	Педагогический контроль за технико-тактической подготовленностью фехтовальщиков			6	20		
	<b>Итого за семестр</b>			<b>30</b>	<b>51</b>		
	<b>Промежуточная аттестация</b>				<b>27</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

\* Виды учебной работы: занятия лекционного типа проводятся в виде лекций с презентацией материала по изучаемой теме; практические занятия проводятся в виде семинаров, учебно-методических занятий, учебной практики.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,**  
**фигурного катания на коньках**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование**  
**(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 18 от «05» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Составители: Абсалямова Ирина Васильевна – кандидат педагогических наук, профессор кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Баранова Дарья Дмитриевна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Варданян Асмик Нориковна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Жгун Елена Вячеславовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Китаева Наталья Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Кузнецова Лариса Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Рецензент: доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ, кандидат педагогических наук М.Е. Бурдина



## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» относится к вариативной части блока Б1 (Б1.В.ОД.16), является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общепрофессиональных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Изучение дисциплины

наиболее тесно связано и опирается на дисциплину профессионального цикла «Теория и методика избранного вида спорта (фигурное катание на коньках)», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности, формирующими начальный и продвинутый уровни освоения реализуемых на модулях компетенций. Формирование компетенций на завершающем уровне реализуется дисциплиной «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)».

Данная дисциплина предшествует прохождению практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, а также преддипломной практики.

Итоговой формой контроля сформированности компетенций является Государственная итоговая аттестация.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)
1	2	3
ОПК-2	<b>Уметь:</b> - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	4
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4
ОПК-3	<b>Уметь:</b> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	4
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	8
ОПК-5	<b>Уметь:</b> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности	6
	<b>Владеть:</b> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	8
ОПК-8	<b>Уметь:</b> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)	2
	<b>Уметь:</b>	4

	- осуществлять объективное судейство соревнований (парное катание);	
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду);	6
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)	7
	Владеть: - умением осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание)	4
	Владеть: - умением осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду)	6
	Владеть: - умением осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)	7
<i>ПК-10</i>	<b>Уметь:</b> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	4
	<b>Владеть:</b> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	4
<i>ПК-11</i>	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	8
	Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	8
<i>ПК-14</i>	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (одиночное катание)	1

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (парное катание)</li> </ul>	3
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (танцы на льду)</li> </ul>	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (синхронное катание)</li> </ul>	7
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	1
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (парное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	3
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (танцы на льду);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	5
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (синхронное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	7
ПК-15	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	3
	<p>Уметь:</p>	5

<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	7
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	1
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	3
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	5
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	7

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

**Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

**Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)**

**Общая трудоемкость 5 з.е. или 180 час.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>I</b>	-	<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночное катание		-	4	22		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.		-	4	20		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.		-	2	20		
<b>5</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>6</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	<b>II</b>	-	<b>6</b>	<b>49</b>		
<b>7</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках.		-	6	49		
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>II</b>	-	<b>4</b>	<b>40</b>		

9	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.		-	4	40		
10	Экзамен	II				9	Экзамен
11	Всего за семестр			10	89	9	
Итого часов:				20	151	9	

## Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Общая трудоемкость 5 з.е. или 180 час.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	III	-	10	62		
2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: парное катание.	III	-	4	22		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	III	-	4	20		
4	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	III	-	2	20		
5	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
6	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	IV	-	4	20		
7	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи, ассистента рефери, оператора ввода.	IV	-	4	20		
8	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В	IV	-	2	29		



	ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.						
9	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	IV	-	2	29		
10	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА		-	2	20		
11	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	IV	-	2	20		
12	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ		-	2	20		
13	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	IV	-	2	20		
14	Экзамен	IV				9	Экзамен
15	Всего за семестр			10	89	9	
<b>Итого часов:</b>					20	151	9

### Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

*Общая трудоемкость 5 з.е. или 180 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	V	-	10	62		
2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - спортивные танцы	V	-	4	22		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и	V	-	4	20		

	надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.						
4	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	V	-	2	20		
5	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
6	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	VI	-	4	20		
7	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери; оператора ввода.	VI	-	4	20		
8	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VI	-	2	29		
9	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	VI	-	2	29		
10	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VI	-	2	20		
11	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VI	-	2	20		
12	4.2. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.	VI	-	2	20		
13	<b>Экзамен</b>	VI				<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
14	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	
<b>Итого часов:</b>				<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	

## Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)

*Общая трудоемкость 5 з.е. или 180 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>VII</b>	-	<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - синхронное катание	VII	-	4	22		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	VII	-	2	10		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	VII	-	2	10		
<b>5</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	<b>VII</b>	-	<b>2</b>	<b>20</b>		
<b>6</b>	2.4. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов ввода.	VII	-	2	20		
<b>7</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>VIII</b>	-	<b>4</b>	<b>20</b>		
<b>9</b>	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	VIII	-	4	20		

<b>10</b>	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VIII	-	<b>2</b>	<b>29</b>		
<b>11</b>	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.	VIII	-	2	29		
<b>12</b>	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	<b>VIII</b>	-	<b>4</b>	<b>40</b>		
<b>13</b>	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).	VIII	-	4	40		
<b>14</b>	<b>Экзамен</b>	<b>VIII</b>				<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего за семестр</b>			<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	
	<b>Итого часов:</b>			<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках.

2. Характеристика короткой программы в одиночном фигурном катании на коньках.

3. Характеристика произвольной программы в одиночном фигурном катании на коньках.

4. Оценка Компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании.

5. Обязанности судьи-секретаря и судьи-информатора.

6. Оценка уровня развития двигательных качеств (координационных способностей).

7. Обязанности оператора ввода данных.

8. Оценка уровня развития двигательных качеств (силовых способностей).

9. Обязанности технического специалиста в фигурном катании на коньках.

10. Оценка уровня развития двигательных качеств (выносливости).

11. Обязанности судьи по музыке и судьи при участниках в соревнованиях фигуристов.

12. Оценка уровня развития двигательных качеств (гибкости).

13. Обязанности рефери соревнований по фигурному катанию на коньках.

14. Оценка уровня развития двигательных качеств (быстроты).
15. Обязанности ассистента Технического специалиста в судействе фигурного катания на коньках.
16. Составить Положение о соревновании по фигурному катанию на коньках.
17. Обязанности Технического контролера в судействе фигурного катания.
18. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для короткой программы одиночного катания.
19. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для произвольной программы одиночного катания.
20. Составьте Контент короткой программы фигуристов – одиночников.
21. Характеристика протокола судьи на соревнованиях фигуристов-одиночников.
22. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжковых элементов.
23. Характеристика протокола рефери на соревнованиях фигуристов - одиночников.
24. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) вращений у фигуристов.
25. Характеристика протокола Технического контролера на соревнованиях фигуристов - одиночников.
26. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжков во вращение.
27. Характеристика протокола Технического специалиста на соревнованиях фигуристов – одиночников.
28. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) шагов в соревновательных программах фигуристов в одиночном катании.
29. Judges detail Scores. Дайте характеристику протоколу соревнований.
30. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) хореографических последовательностей.
31. Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении прыжку Аксель
32. Классификация прыжков во вращение в фигурном катании на коньках
33. Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый

при обучении прыжкам в 1 оборота: 1 Тулуп, 1 сальхов, 1 флип и 1 лутц.

34.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении вращениям в фигурном катании на коньках.

35.Классификация прыжков в фигурном катании на коньках.

36.Классификация вращений и шагов в фигурном катании на коньках.

37.Составьте Контент произвольной программы фигуристов – одиночников.

## **2) Выполнение практических заданий:**

38.Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.

39.Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.

40.Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

41. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

42. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

43.Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

44. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

## **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Характеристика движений в парном катании.
2. Взаимодействие партнёров в парном катании.
3. Порядок и режим работы мышц при выполнении поддержек в парном катании.
4. Силы, действующие на систему партнёр-партнёрша при выполнении поддержек.
5. Фазовая структура поддержек, варианты хватов при подъёме и опускании партнёрши.
6. Фазовая структура подкруток и выбросов.
7. Согласованность действий партнёров при выполнении поддержек, подкруток и выбросов.
8. Фазовая структура спиралей, обводок и тодесов в парном катании.
9. Взаимодействие сил при выполнении спиралей, обводок и тодесов.
10. Подбор партнёров в паре.
11. Требования правил к исполнению поддержек, подкруток и выбросов.
12. Требования к исполнению прыжковых элементов фигуристами-парниками.
13. Технические особенности и требования правил к исполнению тодесов, обводок, шагов, спиралей.
14. Требования правил к технике исполнения вращений: отдельных и совместных.
15. Особенности методики обучения в парном катании.
16. Использование подготовительных и подводящих элементов при обучении различным элементам парного катания.
17. Использование вспомогательных средств и технических устройств при обучении в парном катании.
18. Особенности методики составления короткой и произвольной программ парного катания. Подбор музыки, распределение элементов по ледовой площадке.



- 19.Содержание короткой программы парного катания: взрослые.
- 20.Содержание короткой программы парного катания: юниоры.
- 21.Содержание сбалансированной произвольной программы: взрослые.
- 22.Содержание сбалансированной произвольной программы: юниоры.
- 23.Провозы как разновидности поддержек. Техника исполнения этих элементов и требования правил к исполнению их в условиях соревнований.
- 24.Характеристика шкалы стоимости элементов парного катания (BaseofValue). Анализ стоимости всех групп элементов парного катания.
- 25.Идентификация элементов и характеристика черт, необходимых для присвоения уровней с 1-го по 4-й.
- 26.Оценка качества исполнения элементов парного катания (GOE).
- 27.Запрещённые элементы в парном катании.
- 28.Компоненты программы парного катания, их характеристика и критерии.
- 29.Анализ таблицы снижений за допущенные ошибки при исполнении элементов парного катания.
- 30.Методика судейства в парном катании: последовательность операций при оценке соревновательных выступлений фигуристов-парников.
- 31.Характеристика тестов и методики их применения для оценки уровня скоростной и скоростно-силовой подготовленности фигуристов.
- 32.Методика оценки силовых способностей. Тестирование в условиях льда и вне льда.
- 33.Методика тестирования выносливости вне льда, в лабораторных условиях.
- 34.Состав судейской и технических бригад для проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.
- 35.Обязанности судей и рефери.
- 36.Обязанности технического контролера и технического специалиста.
- 37.Обязанности оператора ввода данных и оператора видеоповтора.
- 38.Подбор музыкального сопровождения для программ в различных видах фигурного катания на коньках.
- 39.Алгоритм построения программы: три этапа создания программы.

40. Постановочная работа на льду и в зале.
41. Общие положения отбора в спорте.
42. Отбор фигуристов для занятий в ДЮСШ и СДЮШОР. Организация и система отбора перспективных фигуристов.
43. Характеристика педагогических тестов при отборе юных фигуристов.
44. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на процессы терморегуляции?
45. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на мышечный аппарат ребенка?
46. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на костно-связочный аппарат ребенка?
47. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на вестибулярный аппарат?
48. Почему занятия фигурным катанием на коньках способствуют развитию органов дыхания?
49. Какие физические качества воспитываются во время занятий фигурным катанием?
50. Как используются умения и навыки, полученные детьми по время катания на коньках, в повседневной жизни?
51. Какую роль занятия фигурным катанием играют в регулировании активности у детей?
52. Каким образом занятия фигурным катанием развивают у детей пространственную ориентацию?
53. Урок и тренировочное задание. Цели и задачи урока и его частей.
54. Особенности построения урока и тренировочного занятия у фигуристов в зале и на льду.
55. Групповые и индивидуальные уроки и занятия.
56. Контроль и оценка эффективности обучения.

57. Система многолетней спортивной подготовки фигуристов. Цель и задачи многолетнего процесса спортивной подготовки фигуристов. Закономерности и основные методические принципы спортивной тренировки.

58. Основные особенности спортивной подготовки в фигурном катании на коньках: неспецифические, специфические и специальные упражнения, применяемые в тренировке фигуристов.

59. Годичное планирование тренировки фигуристов. Периодизация тренировочного процесса. Периоды подготовки и их характеристика.

60. Варианты построения годичного цикла подготовки (одноцикловой, двухцикловой, трёхцикловой): их основные особенности, содержание, динамика объёма и интенсивности нагрузки.

61. Мезоциклы и микроциклы подготовки, их общая характеристика, цель и задачи и длительность.

62. Характер чередования нагрузки и её варианты в мезоцикле, микроцикле.

63. Структура и содержание микроциклов подготовки фигуристов.

64. Количество тренировочных занятий в мезоцикле и микроцикле. Взаимосвязь и частота повторений.

65. Направленность тренировочных занятий в мезо и микроциклах подготовки фигуристов.

66. Определение проблемы спортивного отбора фигуристов

67. Методы, используемые в фигурном катании при отборе

68. Спортивная ориентация в фигурном катании при отборе

69. Способности фигуристов как совокупности качеств личности, соответствующих объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающим успешное ее выполнение в фигурном катании на коньках

70. Общие способности, обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками и продуктивность в фигурном катании на коньках

71. Специальные способности, необходимые для достижения высоких

результатов в фигурном катании на коньках

72. Зависимость спортивных способностей от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью.

73. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в дошкольных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми дошкольного возраста и их влияние на организм занимающихся.

74. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в общеобразовательных учебных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми младшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

75. Особенности построения занятий катанием на коньках с детьми среднего и старшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

76. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в высших учебных заведениях.

77. Гигиенические требования, предъявляемые к занятиям фигурным катанием на коньках на естественных катках.

78. Противопоказания и ограничения по состоянию здоровья для занятий фигурным катанием на коньках.

## **2) Выполнение практических заданий:**

79. Разработать тематический план занятий на 3-ю четверть по разделу «Спортивно-оздоровительная деятельность, фигурное катание на коньках» для учащихся 1-го класса.

80. Рассчитать для Рабочей программы по физической культуре для 1-4 класса, составленной в соответствии с ФГОС, тематическое распределение часов для раздела «Спортивно-оздоровительная деятельность: Фигурное катание на коньках».

81. Составить блок тестовых заданий для проведения Контрольных срезов и оценки результатов освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура».

82. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента парного катания.

83. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента парного катания.

84. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента парного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

85. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

86. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

87. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

88. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

89. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

90. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве технического специалиста.

## **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Истоки, возникновение и этапы развития спортивных танцев на льду.
2. Первая официальная программа соревнований по спортивным танцам на льду.
3. Танцевальные школы различных стран.
4. Характеристика советской и российской школы танцев на льду, их вклад в историю развития танцев на льду.
5. Основные тенденции в танцах на льду.
6. Характеристика современного состояния спортивных танцев на льду: итоги текущего сезона – краткий анализ выступлений танцевальных пар на чемпионатах Европы, мира, зимних Олимпийских играх, чемпионате России, этапах кубков России и Гран-при.
7. Содержание спортивных танцев на льду: характеристика обязательных танцев (для категории «Бэзик»), паттерн и произвольного танцев.
8. Список обязательных танцев. Определение танцев из списка для исполнения их в соревнованиях в категориях – взрослые и юниоры. Требования к музыкальному сопровождению.
9. Классификация основных танцевальных элементов: разнообразные шаги, повороты, вращательные движения, поддержки, разрешенные прыжки. Классификация танцевальных позиций.
10. Характеристика технических особенностей выполнения танцевальных шагов.
11. Техника исполнения поворотных элементов и вращательных движений.
11. Техника исполнения танцевальных поддержек, их особенности, ограничения действий партнёров при их исполнении, возможные хваты.
12. Техника исполнения танцевальных вращений: без смены ноги, со сменой ноги, комбинированных вращений.
13. Основные характеристики паттерн танцев: точность шагов, рёбер, элементов \ движений и танцевальных позиций в соответствии с описанием их

в правилах. Исполнение танца в музыку. Унисон – одна из важнейших характеристик обязательных танцев.

14. Количество серий в паттерн танце, количество секций в танцах, определённых на текущий сезон.

15. Анализ технических особенностей исполнения паттерн танцев: точность исполнения шагов, элементов, позиций и хватов партнёров, расположение танца по ледовой площадке – правильный рисунок.

16. Качество исполнения паттерн танцев: чистота и глубина рёбер, ошибки и нарушения при исполнении танцев. Требования к вступительным шагам.

17. Характеристика ритмов для короткого танца в текущем сезоне.

18. Содержание короткого танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Технические особенности выполнения поддержек, вращений, дорожек шагов, серии последовательных твизлов.

19. Ограничения в коротком танце в текущем сезоне, специальные разрешения.

20. Базовые требования ко всем элементам паттерн танца

21. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в коротком танце.

22. Содержание произвольного танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Запрещенные элементы. Технические особенности выполнения всех элементов произвольного танца.

23. Базовые требования, предъявляемые ко всем элементам произвольного танца.

24. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в произвольном танце.

25. Методика определения оценки качества (GOE) исполнения каждой секции обязательного танца.

26. Характеристика Компонентов в паттерн танцах, их критерии и методика выставления оценки за Компоненты.

27. Методика определения оценки качества (GOE) за каждый предписанный элемент в коротком и произвольном танцах. Снижения за допущенные ошибки и нарушения в этих танцах.

28. Характеристика Компонентов для произвольного танца. Их критерии и методика выставления.

29. Характеристика этапов обучения обязательным танцам. Цель и задачи каждого этапа. Основные рекомендации при обучении и совершенствовании спортивных танцев: ознакомление с рисунком танца; разучивание шагов танца и позиций; разучивание танца по частям в зале и на льду без музыки и под музыку и т.д.

30. Подбор музыки для короткого и произвольного танцев, соответствующей требованиям правил соревнований.

31. Выбор необходимых движений для короткого и произвольного танцев и расположение их на ледовой площадке.

32. Методы упражнений, используемые при обучении движениям короткого и произвольного танцев.

## **2) Выполнение практических заданий:**

33. Разработать план тренировок в мезоцикле соревновательного периода для спортсменов начального этапа подготовки.

34. Разработать план тренировок для соревновательного микроцикла соревновательного периода для спортсменов, занимающихся на тренировочном этапе (группа свыше 2-х лет).

35. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента спортивных танцев на льду.

36. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента спортивных танцев на льду.

37. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента спортивных танцев на льду, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.



38. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

39. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве технического специалиста.

40. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).

41. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для взрослых, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).

42. Определите уровень индивидуального развития двигательных качеств при помощи комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.

43. Опишите особенности организации и проведения тестирования для оценки физической подготовленности фигуристов, находящихся на учебно-тренировочном этапе. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.

44. Опишите комплекс тестов и критериев оценки, которые позволяют выявить отстающие стороны в физической и спортивно-технической подготовленности спортсменов (Скуратова Т.В. и Тихомиров А.К.).

45. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности девушек-одиночниц на этапе спортивного совершенствования.

## *4 курс*

### **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Методы и средства совершенствования техники скольжения и базовых навыков индивидуального мастерства владения основными элементами соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.

2. Средства повышения уровня надежности исполнения основных элементов соревновательных программ в синхронном катании.

3. Методы и средства повышения уровня координационной сложности элементов и индивидуальная программа по совершенствованию качества их исполнения в синхронном катании.

4. Методика совершенствования уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном катании.

5. Средства и методы совершенствования исполнительского мастерства и основных компонентов соревновательных программ в синхронном катании

6. Отчет о результатах контрольных прокатах с последующим анализом результатов (для членов сборных команд); участия в показательных выступлениях и соревнованиях международного, всероссийского и московского календаря текущего сезона (для студентов - членов сборных команд).

7. Анализ выступлений фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на соревнованиях московского и областного календаря, Этапах кубка России, Кубках Москвы, этапах Гран-При и др. Анализ техники элементов соревновательных программ, определение надёжности их исполнения (для студентов, завершивших спортивную карьеру).

8. Методика совершенствования компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.

9. Анализ оценок за Компоненты соревновательных программ фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на примере результатов соревнований серии Гран-При взрослых и юниоров текущего сезона (для членов сборных команд предоставить анализ собственных выступлений).

10. Отчет о судействе соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода (Система судейства ИСУ), судьи, ассистента и технического специалиста.

11. Характеристика технологии ведения документов, необходимых для организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках различного уровня.

12. Итоги судейства соревнований, проводимых Московской федерацией фигурного катания; Федерацией фигурного катания России; ДЮСШ и СДЮШОР по различным категориям и возрастам.

13. Краткая характеристика «Системы судейства ИСУ», принятой в 2004 году. Шкала стоимости каждого элемента (Scale of Value), входящего в содержание соревновательных программ всех видов фигурного катания на коньках.

14. Обзор официальной формы с указанием планируемого содержания программ.

15. Определение базовой стоимости и уровня сложности элементов соревновательных программ с помощью оценочных таблиц; оценка качества исполнения элементов короткой и произвольной программы; определение стоимости Компонентов программы.

16. Технология выведения технической оценки.

17. Критерии оценки компонентов программ и методика её определения в синхронном катании на катании.

18. Регламентация работы в качестве судьи; ассистента рефери; рефери; технического специалиста; технического контролера в синхронном катании.

19. Технология работы с документацией и аппаратурой, регламентирующей работу судейской бригады, оценивающей выступления фигуристов в соревнованиях по синхронному катанию.

20. Регламент участия в судейских совещаниях и в Round table discussion. Написание отчёта по судейству.

21. Специфика навыков судейства в спортивных танцах на льду.

22. Специфика навыков судейства в парном катании.
23. Специфика навыков судейства в синхронном катании.
24. Специфика работы секретариата, организационного комитета, судей при участниках соревнований в различных видах фигурного катания.
25. Специфика судейства соревновательных программ синхронного катания. Ознакомление с правилами, обеспечивающими безопасность проведения соревнований по синхронному катанию.
26. Отчет о практике организации спортивных праздников и судействе соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.
27. Правила и процедура присвоения разрядов.
28. Специфика работы балетов на льду, клубов и детских коллективов.
29. Отчет о проведении и судействе соревнований по специальным программам: детские тематические праздники на льду, фестивали танцев, соревнования по спортивным танцам для взрослого населения и другие формы.
30. Характеристика тестов и контрольных упражнений, используемых в фигурном катании на коньках для определения силы различных мышечных групп у спортсменов различного возраста, специализирующихся в различных видах фигурного катания на коньках.
31. Методика оценки силовых способностей. Тестирование вне льда. Методика оценки силовых способностей в условиях льда.
32. Средства и методы, используемые для развития специальной и общей выносливости фигуристов в зале и на льду. (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).
33. Методика определения гибкости, как физического качества. Виды гибкости. Тесты, используемые для оценки уровня развития гибкости. Выполнение упражнений в зале и на льду, способствующих развитию гибкости у фигуристов (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).

34. Оценка индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности студентов, специализирующихся в различных видах фигурного катания.

35. Анализ индивидуальных показателей комплексного тестирования на различных этапах подготовки (для членов сборных команд различного уровня).

36. Методика совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.

37. Специальная физическая подготовка (СФП). Её значение в развитии двигательных качеств, в совершенствовании функциональных и морфологических систем организма.

38. Техническая подготовка в фигурном катании (СТП). Ее особенности в зависимости от вида фигурного катания. Содержание технической подготовки и ее задачи. Критерии технической подготовленности фигуристов, специализирующихся в одиночном катании, парном катании, спортивных танцах на льду, в синхронном катании.

39. Факторы, обуславливающие техническую и физическую подготовленность фигуристов в различных видах фигурного катания на коньках. Виды двигательных тестов для определения состояния или способностей фигуристов.

40. Выполнение индивидуальных программ по ОФП и СФП, содействующих развитию оптимального уровня развития двигательных качеств в избранном виде фигурного катания, а также способствующих приобретению и сохранению спортивной формы.

41. Анализ эффективности используемых средств и методов подготовки (анализ собственных индивидуальных планов подготовки студентов-членов сборных команд).

42. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.

43. Структура годичного цикла подготовки: одноцикловая, двухцикловая.

Варианты годичного планирования фигуристов различного уровня подготовленности. Основные средства круглогодичной тренировки.

44. Структура календаря спортивных соревнований: главные, подводящие, контрольные.

45. Учет и анализ индивидуальных особенностей приобретения и сохранения спортивной формы (для членов сборных команд).

46. Составление конкретных планов подготовки в годичном цикле для квалифицированных фигуристов. Подготовка планирующей и отчетной документации.

47. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России)

### **Выполнение практических заданий:**

48. Продемонстрировать индивидуальную технику выполнения элементов скольжения с учетом специфики синхронного катания.

49. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента синхронного катания.

50. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента синхронного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

51. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

52. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве технического специалиста.

53. Разработайте комплексы упражнений для обучения и совершенствования уровня индивидуального мастерства или овладения техникой исполнения элементов синхронного катания.

54. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.

55. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для Новисов, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.

56. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения пробы Руфье – Диксона. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

57. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения теста PWC170. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

58. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения Гарвардского степ – теста. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

59. Подготовить индивидуальный план подготовки в годичном цикле для квалифицированных фигуристов (на примере любого вида фигурного катания на коньках)

60. Подготовка планирующей и отчетной документации по выполнению индивидуального плана подготовки (на примере любого периода или мезоцикла подготовки).

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература**

1. Абсалямова, И.В. Педагогический и медико-биологический контроль в фигурном катании на коньках : учеб. пособие для студентов РГУФКСиТ : [рек. Эмс РГУФКСиТ] / И.В. Абсалямова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 43 с.: табл.
2. Апарин, В.А. Фигурное катание на коньках. Одиночное катание. Техника и методика обучения : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / В.А. Апарин ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб.: [Б. и.], 2008. - 132 с.: ил.
3. Тузова, Е.Н. Обучение базовым элементам фигурного катания : учеб.-метод. пособие / Е.Н. Тузова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М.: Человек/SPORT, 2015. - 92 с.: табл.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры./Л.П. Матвеев – М.,ФиС, СпортАкадемПресс, 2008. – 543 с.
5. Фигурное катание на коньках : учеб. для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Мишин А. Н. – М. : ФиС, 1985. – 271 с.

### **б) Дополнительная литература**

1. Абсалямова И.В. Методика обучения в фигурном катании на коньках: учебное пособие для студентов РГУФК. / И.В. Абсалямова - М., РГУФК, 2005. – 50 с.
2. Абсалямова И.В. Тренировочные и соревновательные нагрузки в фигурном катании на коньках, Метод. Разработки для студентов РГУФК./И.В. Абсалямова – М., РИО РГУФК, 2005. – 32 с.



3. Абсалямова И.В. Столетняя история чемпионатов мира по фигурному катанию на коньках (одиночное катание). Учебное пособие. / И.В. Абсалямова И.В. РГАФК. – М., ФОН, 1997 г.- 122 с.
4. Апарин В.А. Фигурное катание на коньках. Техника и методика обучения. Учебное пособие./В.А.Апарин В.А.- Санкт.-Петербург.: СПГУФК имени Лесгафта,2008.- 132 с.
5. Абсалямова И.В. Характеристика спортивных танцев на льду и методика их судейства: учебное пособие (учебно - метод.комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания») для студентов РГУФКСМиТ. по направлению 032100: и специальности 03210165 / И.В., Абсалямова И.В., Л.В. Кузнецова - М., РГУФКСМиТ, каф. Теории и методики конькоб. спорта и фиг.кат. на коньках. – М., 2011. - 76с.
6. Абсалямова И.В. Методические рекомендации к проведению практических занятий на льду (учебно - метод. комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания на коньках») для студентов РГУФКСМиТ по направлению 034300.62 Физическая культура ; / И.В.Абсалямова, Н.В. Китаева, Д.Д.Баранова, Л.В. Кузнецова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. Каф. Теории и методики лыж. и коньк. спорта, фигурного кат на коньках. М., 2014. – 97 с.
7. Апарин В.А. Начальное обучение фигурному катанию на коньках./ В.А.Апарин. - Ленинград: ГДОИФК, 1988. –26 с.
8. Варданян А.Н. Педагогические аспекты применения средств восстановления в фигурном катании на коньках. Автореферат кандидатской дисс./ А.Н Варданян – М., 1994 – 23с.
9. Варданян А.Н. Применение комплекса восстановительных средств в подготовительном периоде юных фигуристов // Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./ А.Н.Варданян – М., 1994. – с.7.
10. Варданян А.Н. Эффективность использования комплекса восстановительных средств при подготовке фигуристов в среднегорье //

- Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./  
А.Н. Варданян. - М., - 1994. – с. 9.
11. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности. / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, Е.М. Корсун. – Киев: Олимпийская литература, 2000 – с. 309-315.
  12. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. / Ю.К.Гавердовский. - М.,ФиС, 2007. – с. 156-549.
  13. Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. / В.М. Зациорский. – М.,ФиС, 2009. – 350 с.
  14. Медведева И.М. Фигурное катание на коньках – учебник для студентов вузов физического воспитания/ И.М. Медведева. - Киев, «Олимпийская литература», 1998 г. – 224 с.
  15. Мишин А.Н. Прыжки в фигурном катании. / А.Н.Мишин. - М.,ФиС, 1976. – 103 с.
  16. Мишин А.Н. Биомеханика движений фигуриста. /А.Н. Мишин. –М.,ФиС, 1981. – 141 с.
  17. Мишин А.Н. Фигурное катание в России Факты, события, судьбы. /А.Н.– Мишин, Ю.В.Якимчук. – М., ООО «РИЦ Северо-Восток». – 2007, - 618 с.
  18. Панин Н.А. Искусство катания на коньках./Н.А. Панин. –М., - Ленинград: ФиС, 1938. -270 с.
  19. Тажирова Л.Б. Русская школа фигурного катания. / Л.Б.Тажирова.–М.: ГИТИС- 1992. – 92с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Сайт Международного Союза конькобежцев [www.isu.org](http://www.isu.org);
2. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках России [www.fsrussia.ru](http://www.fsrussia.ru);
3. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках г. Москвы [www.ffkm.ru](http://www.ffkm.ru).

- 4.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
5. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
6. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Обучающие программы:

- 1.Видеоконпьютерные учебно-методические пособия: «Оценка координационной сложности элементов фигурного катания на коньках (одиночное и парное катание, спортивные танцы на льду).
- 2.Тренажерно – дидактический комплекс «Методика определения уровня сложности вращений и прыжков во вращение по современной системе судейства ИСУ 2010».

Образовательные контенты:

1. Иллюстративно-информационное мультимедийное пособие «Ретроспектива дизайна костюмов для фигурного катания на коньках».
2. Медиатека специализации фигурное катание на коньках кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Олимпийских Игр, Чемпионатов Мира, Чемпионатов Европы, Серий Гран-При, международных соревнований).

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций: УСЗК, кафедра ТиМ лыжного и конькобежного спорта и фигурного катания на коньках 105, 106, 108.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>		10
2	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>		10
3	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>		15
4	<i>Ролевая игра по разделу 1.3: «Совершенствование компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>		15
5	<i>Ролевая игра по разделу 2.1: «Судейство соревнований по фигурному катанию на коньках»</i>		15
6	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>		10
7	<i>Посещение занятий</i>		10 (0,5 б./час)

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<b>Экзамен</b>		<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
3	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
4	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	15

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>		15
2	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>		15
3	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>		10
4	<i>Ролевая игра по теме 2.2. «Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери»</i>		15
5	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>		10
6	<i>Практическое задание по теме 4.1. «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>		5
7	<i>Коллоквиум по теме 5.1 «Отбор в фигурном катании на коньках»</i>		5
8	<i>Посещение занятий</i>		10 (0,5 б./час)
	<b>Экзамен</b>		<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i>	10
2	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	10
3	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	5
4	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	15
5	<i>Практическое задание по теме 4.1 «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»		5
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»		5
3	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»		5
4	<b>Творческое задание по темам 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»		10
5	<b>Контрольная работа 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)		5
6	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - Fourteenstep - Kilian - Quickstep		10
7	<b>Ролевая игра по теме 2.3:</b> «Судейство паттерн танцев в категориях Basic Novice, Advanced Novice»		10
8	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по		10



	<i>массовым разрядам и по специальным программам»</i>		
9	<b>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</b>		10
10	<i>Посещение занятий</i>		10 (0,5 б./час)
	<b>Экзамен</b>		15
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> <i>«Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»</i>	5
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1. «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»</b>	5
3	<b>Контрольная работа по теме 1.3. «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)</b>	5
4	<b>ЭССЕ по теме 1.1. «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»:</b>	5
5	<b>Творческое задание по теме 1.2., 1.3. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»</b>	5
6	<b>Творческое задание по теме 2.6. «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»</b>	10
7	<b>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</b>	5
8	<b>Выполнение практических заданий:</b> <i>Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду):</i> - <i>Forteenstep</i> - <i>Kilian</i> - <i>Quikstep</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 4 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>ЭССЕ по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>		5
2	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном фигурном катании на коньках»</i>		5
3	<i>Репродуктивные задания по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>		5
4	<i>Контрольная работа по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>		5
5	<i>Деловая игра. (Ролевая игра) по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>		10
6	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» по теме 3.2. «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»</i>		5
7	<i>Творческое задание по теме 3.1. "Оценка</i>		10

	индивидуального уровня развития двигательных качеств" и теме 3.2. «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках».		
8	<b>Круглый стол по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств», <b>3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»		5
9	<b>Творческое задание по теме 3.1:</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "		10
10	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3.</b> «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»		5
11	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»		5
12	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»		5
13	Посещение занятий		10 (0,5 б./час)
	<b>Экзамен</b>		<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» <b>по теме 3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»	5
5	<b>Творческое задание по теме :</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "	10
7	<b>Контрольная работа по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»	5
9	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
10	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
11	<b>ЭССЕ по теме 1.2.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»	5

13	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3. «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»</b>	5
----	--	---

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,  
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

**2.Семестры освоения дисциплины (модуля):** 1-8 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	наименование
1	2
ОПК-2	Уметь: - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.
ОПК-3	Уметь: - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы

	<p>спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.</li> </ul>
<i>ОПК-5</i>	<p>Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>Владеть:</p> <p>навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев</p>
<i>ОПК-8</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований (парное катание, танцы на льду, синхронное катание);</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)</li> </ul>
<i>ПК-10</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</li> <li>- определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта;</li> <li>- анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</li> <li>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>
<i>ПК-11</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>
<i>ПК-14</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)</li> </ul>



	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>
<i>ПК-15</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля)**  
**Форма обучения - заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ</b>			<b>110</b>	<b>169</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночном катании; - парном катании; - спортивных танцах; синхронном катании.	I		10	25		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		8	30		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	I		10	25		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		6	20		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	I		10	28		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		6	20		
<b>5</b>	<b>Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ</b>			<b>56</b>	<b>138</b>		
<b>6</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках.	II		20	60		
<b>7</b>	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи, ассистента рефери, оператора ввода.	IV		16	12		
<b>8</b>	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери;	VI		6	2		
<b>9</b>	2.4. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-	VII		10	62		

	стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов ввода.						
10	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VI		4	2		
11	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.			46	97		
12	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	II		10	27		
		IV		6	10		
		VIII		6	20		
13	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VI		10			
		VIII		6	20		
14	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.	VIII		8	20		
15	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА			24	30		
16	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	IV		4	10		
17	4.2. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.	VI		10	2		
18	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).	VIII		10	18		
19	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ			4	10		
20	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	IV		4	10		
21	Экзамен	II				9	Экзамен
		IV				9	Экзамен
		VI				9	Экзамен
		VIII				9	Экзамен
22	<b>Итого часов:</b>			240	444	36	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,  
фигурного катания на коньках**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ускоренное обучение на базе СПО)*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 18 от «05» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Составители: Абсалямова Ирина Васильевна – кандидат педагогических наук, профессор кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Баранова Дарья Дмитриевна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Варданян Асмик Нориковна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Жгун Елена Вячеславовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Китаева Наталья Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Кузнецова Лариса Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Рецензент: доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ, кандидат педагогических наук М.Е. Бурдина

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» относится к вариативной части блока Б1 (Б1.В.ОД.16), является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общепрофессиональных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Изучение дисциплины

наиболее тесно связано и опирается на дисциплину профессионального цикла «Теория и методика избранного вида спорта (фигурное катание на коньках)», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности, формирующими начальный и продвинутой уровни освоения реализуемых на модулях компетенций. Формирование компетенций на завершающем уровне реализуется дисциплиной «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)».

Данная дисциплина предшествует прохождению практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, а также преддипломной практики.

Итоговой формой контроля сформированности компетенций является Государственная итоговая аттестация.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
ОПК-2	<b>Уметь:</b> - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	4
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4
ОПК-3	<b>Уметь:</b> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	4
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	6
ОПК-5	<b>Уметь:</b> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности	6
	<b>Владеть:</b> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	6
ОПК-8	<b>Уметь:</b> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)	2
	<b>Уметь:</b> - осуществлять объективное судейство соревнований (парное	4



	катание);	
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду);	6
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)	5
	Владеть: - уметь осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание)	4
	Владеть: - уметь осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду)	6
	Владеть: - уметь осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)	5
ПК-10	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	4
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	4
ПК-11	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	6
	Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	6
ПК-14	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (одиночное катание)	1
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках	3

	демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (парное катание)	
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (танцы на льду)	5
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (синхронное катание)	5
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	1
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (парное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	3
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (танцы на льду); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	5
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (синхронное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	5
<i>ПК-15</i>	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	1
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	3
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	5
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;	5

<p>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</p>	
<p>Владеть:  - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;  - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</p>	<p>1</p>
<p>Владеть:  - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;  - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</p>	<p>3</p>
<p>Владеть:  - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;  - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</p>	<p>5</p>
<p>Владеть:  - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;  - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</p>	<p>5</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

#### Очная форма обучения (ускоренное обучение на базе СПО)

#### Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

**Общая трудоемкость 7 з.е. или 261 час.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>I</b>		<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночное катание			10	25		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.			10	25		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.			10	28		
<b>I курс</b>	<b>Всего за семестр: 108 часов (3 зачетных единицы)</b>	<b>I</b>		<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>6</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	<b>II</b>		<b>20</b>	<b>50</b>		
<b>7</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках.			20	50		
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>II</b>		<b>10</b>	<b>64</b>		

9	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.			10	64		
10	Экзамен	II				9	Экзамен
11	Всего за семестр: 153 часа (4,25 зачетных единицы)	II		30	114	9	
Всего за I курс: 261 час (7,25 зачетных единиц)				60	192	9	

## Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

*Общая трудоемкость 3 з.е. или 99 часов*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	III		30	15		
2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: парное катание.	III		10	5		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	III		10	5		
4	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	III		10	5		
5	Всего за семестр: 45 часов (1,25 зачетных единицы)			30	15		
6	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	IV		16	3		
7	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи,	IV		16	3		

	ассистента рефери, оператора ввода.						
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>IV</b>		<b>6</b>	<b>4</b>		
<b>9</b>	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	<b>IV</b>		6	4		
<b>10</b>	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА			<b>4</b>	<b>4</b>		
<b>11</b>	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	<b>IV</b>		4	4		
<b>12</b>	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ			<b>4</b>	<b>4</b>		
<b>13</b>	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	<b>IV</b>		4	4		
<b>14</b>	<b>Экзамен</b>	<b>IV</b>				<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>15</b>	<b>Всего за семестр: 54 часа (1,5 зачетных единицы)</b>			<b>30</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	
<b>Всего за II курс: 99 часов (2,75 зачетных единицы)</b>				<b>60</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	

### Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

*Общая трудоемкость 10 з.е. или 360 часов*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>V</b>		<b>30</b>	<b>159</b>		

2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - спортивные танцы	V		10	50		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	V		10	50		
4	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	V		10	59		
5	<b>Всего за семестр: 189 часов (5,25 зачетных единицы)</b>			<b>30</b>	<b>159</b>		
6	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	VI		<b>10</b>	<b>40</b>		
7	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери; оператора ввода.	VI		6	20		
8	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VI		4	20		
9	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	VI		<b>10</b>	<b>52</b>		
10	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.			2	12		
11	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VI		4	20		
12	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.			4	20		
13	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VI		<b>10</b>	<b>40</b>		
14	4.2. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.	VI		4	20		
15	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).			6	20		

16	Экзамен	VI			9	Экзамен
17	Всего за семестр: 171 час (4,75 зачетных единицы)			30	132	9
Всего за III курс: 360 часов (10 зачетных единиц)				60	12	9

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках.

2. Характеристика короткой программы в одиночном фигурном катании на коньках.

3. Характеристика произвольной программы в одиночном фигурном катании на коньках.

4. Оценка Компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании.

5. Обязанности судьи-секретаря и судьи-информатора.

6. Оценка уровня развития двигательных качеств (координационных способностей).

7. Обязанности оператора ввода данных.

8. Оценка уровня развития двигательных качеств (силовых способностей).



9. Обязанности технического специалиста в фигурном катании на коньках.
10. Оценка уровня развития двигательных качеств (выносливости).
11. Обязанности судьи по музыке и судьи при участниках в соревнованиях фигуристов.
12. Оценка уровня развития двигательных качеств (гибкости).
13. Обязанности рефери соревнований по фигурному катанию на коньках.
14. Оценка уровня развития двигательных качеств (быстроты).
15. Обязанности ассистента Технического специалиста в судействе фигурного катания на коньках.
16. Составить Положение о соревновании по фигурному катанию на коньках.
17. Обязанности Технического контролера в судействе фигурного катания.
18. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для короткой программы одиночного катания.
19. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для произвольной программы одиночного катания.
20. Составьте Контент короткой программы фигуристов – одиночников.
21. Характеристика протокола судьи на соревнованиях фигуристов-одиночников.
22. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжковых элементов.
23. Характеристика протокола рефери на соревнованиях фигуристов - одиночников.
24. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) вращений у фигуристов.
25. Характеристика протокола Технического контролера на соревнованиях фигуристов - одиночников.
26. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжков во вращение.
27. Характеристика протокола Технического специалиста на соревнованиях фигуристов – одиночников.
28. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) шагов в соревновательных программах фигуристов в одиночном катании.
29. Judges detail Scores. Дайте характеристику протоколу соревнований.

30.Характеристика шкалы стоимости (Base Value) хореографических последовательностей.

31.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении прыжку Аксель

32.Классификация прыжков во вращение в фигурном катании на коньках

33.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении прыжкам в 1 оборота: 1 Тулуп, 1 сальхов, 1 флип и 1 лутц.

34.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении вращениям в фигурном катании на коньках.

35.Классификация прыжков в фигурном катании на коньках.

36.Классификация вращений и шагов в фигурном катании на коньках.

37.Составьте Контент произвольной программы фигуристов – одиночников.

## **2) Выполнение практических заданий:**

38.Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.

39.Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.

40.Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

41.Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

42.Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

43.Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все

элементы, предписанные на сезон.

44. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

## 2 курс

### 1) Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика движений в парном катании.
2. Взаимодействие партнёров в парном катании.
3. Порядок и режим работы мышц при выполнении поддержек в парном катании.
4. Силы, действующие на систему партнёр-партнёрша при выполнении поддержек.
5. Фазовая структура поддержек, варианты хватов при подъёме и опускании партнёрши.
6. Фазовая структура подкруток и выбросов.
7. Согласованность действий партнёров при выполнении поддержек, подкруток и выбросов.
8. Фазовая структура спиралей, обводок и тодесов в парном катании.
9. Взаимодействие сил при выполнении спиралей, обводок и тодесов.
10. Подбор партнёров в паре.
11. Требования правил к исполнению поддержек, подкруток и выбросов.
12. Требования к исполнению прыжковых элементов фигуристами-парниками.
13. Технические особенности и требования правил к исполнению тодесов, обводок, шагов, спиралей.
14. Требования правил к технике исполнения вращений: отдельных и совместных.
15. Особенности методики обучения в парном катании.

16.Использование подготовительных и подводящих элементов при обучении различным элементам парного катания.

17.Использование вспомогательных средств и технических устройств при обучении в парном катании.

18.Особенности методики составления короткой и произвольной программ парного катания. Подбор музыки, распределение элементов по ледовой площадке.

19.Содержание короткой программы парного катания: взрослые.

20.Содержание короткой программы парного катания: юниоры.

21.Содержание сбалансированной произвольной программы: взрослые.

22.Содержание сбалансированной произвольной программы: юниоры.

23.Провозы как разновидности поддержек. Техника исполнения этих элементов и требования правил к исполнению их в условиях соревнований.

24.Характеристика шкалы стоимости элементов парного катания (BaseofValue). Анализ стоимости всех групп элементов парного катания.

25.Идентификация элементов и характеристика черт, необходимых для присвоения уровней с 1-го по 4-й.

26.Оценка качества исполнения элементов парного катания (GOE).

27.Запрещённые элементы в парном катании.

28.Компоненты программы парного катания, их характеристика и критерии.

29.Анализ таблицы снижений за допущенные ошибки при исполнении элементов парного катания.

30.Методика судейства в парном катании: последовательность операций при оценке соревновательных выступлений фигуристов-парников.

31.Характеристика тестов и методики их применения для оценки уровня скоростной и скоростно-силовой подготовленности фигуристов.

32.Методика оценки силовых способностей. Тестирование в условиях льда и вне льда.

33.Методика тестирования выносливости вне льда, в лабораторных условиях.

34. Состав судейской и технических бригад для проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.
35. Обязанности судей и рефери.
36. Обязанности технического контролера и технического специалиста.
37. Обязанности оператора ввода данных и оператора видеоповтора.
38. Подбор музыкального сопровождения для программ в различных видах фигурного катания на коньках.
39. Алгоритм построения программы: три этапа создания программы.
40. Постановочная работа на льду и в зале.
41. Общие положения отбора в спорте.
42. Отбор фигуристов для занятий в ДЮСШ и СДЮШОР. Организация и система отбора перспективных фигуристов.
43. Характеристика педагогических тестов при отборе юных фигуристов.
44. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на процессы терморегуляции?
45. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на мышечный аппарат ребенка?
46. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на костно-связочный аппарат ребенка?
47. Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на вестибулярный аппарат?
48. Почему занятия фигурным катанием на коньках способствуют развитию органов дыхания?
49. Какие физические качества воспитываются во время занятий фигурным катанием?
50. Как используются умения и навыки, полученные детьми по время катания на коньках, в повседневной жизни?
51. Какую роль занятия фигурным катанием играют в регулировании активности у детей?

52. Каким образом занятия фигурным катанием развивают у детей пространственную ориентацию?

53. Урок и тренировочное задание. Цели и задачи урока и его частей.

54. Особенности построения урока и тренировочного занятия у фигуристов в зале и на льду.

55. Групповые и индивидуальные уроки и занятия.

56. Контроль и оценка эффективности обучения.

57. Система многолетней спортивной подготовки фигуристов. Цель и задачи многолетнего процесса спортивной подготовки фигуристов. Закономерности и основные методические принципы спортивной тренировки.

58. Основные особенности спортивной подготовки в фигурном катании на коньках: неспецифические, специфические и специальные упражнения, применяемые в тренировке фигуристов.

59. Годичное планирование тренировки фигуристов. Периодизация тренировочного процесса. Периоды подготовки и их характеристика.

60. Варианты построения годичного цикла подготовки (одноцикловой, двухцикловой, трёхцикловой): их основные особенности, содержание, динамика объёма и интенсивности нагрузки.

61. Мезоциклы и микроциклы подготовки, их общая характеристика, цель и задачи и длительность.

62. Характер чередования нагрузки и её варианты в мезоцикле, микроцикле.

63. Структура и содержание микроциклов подготовки фигуристов.

64. Количество тренировочных занятий в мезоцикле и микроцикле. Взаимосвязь и частота повторений.

65. Направленность тренировочных занятий в мезо и микроциклах подготовки фигуристов.

66. Определение проблемы спортивного отбора фигуристов

67. Методы, используемые в фигурном катании при отборе

68. Спортивная ориентация в фигурном катании при отборе

69. Способности фигуристов как совокупности качеств личности,

соответствующих объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающим успешное ее выполнение в фигурном катании на коньках

70. Общие способности, обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками и продуктивность в фигурном катании на коньках

71. Специальные способности, необходимые для достижения высоких результатов в фигурном катании на коньках

72. Зависимость спортивных способностей от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью.

73. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в дошкольных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми дошкольного возраста и их влияние на организм занимающихся.

74. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в общеобразовательных учебных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми младшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

75. Особенности построения занятий катанием на коньках с детьми среднего и старшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

76. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в высших учебных заведениях.

77. Гигиенические требования, предъявляемые к занятиям фигурным катанием на коньках на естественных катках.

78. Противопоказания и ограничения по состоянию здоровья для занятий фигурным катанием на коньках.

## **2) Выполнение практических заданий:**

79. Разработать тематический план занятий на 3-ю четверть по разделу «Спортивно-оздоровительная деятельность, фигурное катание на коньках» для учащихся 1-го класса.

80. Рассчитать для Рабочей программы по физической культуре для 1-4 класса, составленной в соответствии с ФГОС, тематическое распределение часов для раздела «Спортивно-оздоровительная деятельность: Фигурное катание на коньках».

81. Составить блок тестовых заданий для проведения Контрольных срезов и оценки результатов освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура».

82. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента парного катания.

83. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента парного катания.

84. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента парного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

85. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

86. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

87. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

88. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.



89. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

90. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве технического специалиста.

### 3 курс

#### 1) Вопросы для устного ответа:

1. Истоки, возникновение и этапы развития спортивных танцев на льду.
2. Первая официальная программа соревнований по спортивным танцам на льду.
3. Танцевальные школы различных стран.
4. Характеристика советской и российской школы танцев на льду, их вклад в историю развития танцев на льду.
5. Основные тенденции в танцах на льду.
6. Характеристика современного состояния спортивных танцев на льду: итоги текущего сезона – краткий анализ выступлений танцевальных пар на чемпионатах Европы, мира, зимних Олимпийских играх, чемпионате России, этапах кубков России и Гран-при.
7. Содержание спортивных танцев на льду: характеристика обязательных танцев (для категории «Бэзик»), паттерн и произвольного танцев.
8. Список обязательных танцев. Определение танцев из списка для исполнения их в соревнованиях в категориях – взрослые и юниоры. Требования к музыкальному сопровождению.
9. Классификация основных танцевальных элементов: разнообразные шаги, повороты, вращательные движения, поддержки, разрешенные прыжки. Классификация танцевальных позиций.
10. Характеристика технических особенностей выполнения танцевальных шагов.
11. Техника исполнения поворотных элементов и вращательных движений.

11. Техника исполнения танцевальных поддержек, их особенности, ограничения действий партнёров при их исполнении, возможные хваты.

12. Техника исполнения танцевальных вращений: без смены ноги, со сменой ноги, комбинированных вращений.

13. Основные характеристики паттерн танцев: точность шагов, рёбер, элементов \ движений и танцевальных позиций в соответствии с описанием их в правилах. Исполнение танца в музыку. Унисон – одна из важнейших характеристик обязательных танцев.

14. Количество серий в паттерн танце, количество секций в танцах, определённых на текущий сезон.

15. Анализ технических особенностей исполнения паттерн танцев: точность исполнения шагов, элементов, позиций и хватов партнёров, расположение танца по ледовой площадке – правильный рисунок.

16. Качество исполнения паттерн танцев: чистота и глубина рёбер, ошибки и нарушения при исполнении танцев. Требования к вступительным шагам.

17. Характеристика ритмов для короткого танца в текущем сезоне.

18. Содержание короткого танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Технические особенности выполнения поддержек, вращений, дорожек шагов, серии последовательных твизлов.

19. Ограничения в коротком танце в текущем сезоне, специальные разрешения.

20. Базовые требования ко всем элементам паттерн танца

21. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в коротком танце.

22. Содержание произвольного танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Запрещенные элементы. Технические особенности выполнения всех элементов произвольного танца.

23. Базовые требования, предъявляемые ко всем элементам произвольного танца.

24. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в произвольном танце.

25. Методика определения оценки качества (GOE) исполнения каждой секции обязательного танца.

26. Характеристика Компонентов в паттерн танцах, их критерии и методика выставления оценки за Компоненты.

27. Методика определения оценки качества (GOE) за каждый предписанный элемент в коротком и произвольном танцах. Снижения за допущенные ошибки и нарушения в этих танцах.

28. Характеристика Компонентов для произвольного танца. Их критерии и методика выставления.

29. Характеристика этапов обучения обязательным танцам. Цель и задачи каждого этапа. Основные рекомендации при обучении и совершенствовании спортивных танцев: ознакомление с рисунком танца; разучивание шагов танца и позиций; разучивание танца по частям в зале и на льду без музыки и под музыку и т.д.

30. Подбор музыки для короткого и произвольного танцев, соответствующей требованиям правил соревнований.

31. Выбор необходимых движений для короткого и произвольного танцев и расположение их на ледовой площадке.

32. Методы упражнений, используемые при обучении движениям короткого и произвольного танцев.

33. Методы и средства совершенствования техники скольжения и базовых навыков индивидуального мастерства владения основными элементами соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.

34. Средства повышения уровня надежности исполнения основных элементов соревновательных программ в синхронном катании.

35. Методы и средства повышения уровня координационной сложности элементов и индивидуальная программа по совершенствованию качества их исполнения в синхронном катании.

36.Методика совершенствования уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном катании.

37.Средства и методы совершенствования исполнительского мастерства и основных компонентов соревновательных программ в синхронном катании

38. Отчет о результатах контрольных прокатах с последующим анализом результатов (для членов сборных команд); участия в показательных выступлениях и соревнованиях международного, всероссийского и московского календаря текущего сезона (для студентов - членов сборных команд).

39.Анализ выступлений фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на соревнованиях московского и областного календаря, Этапах кубка России, Кубках Москвы, этапах Гран-При и др. Анализ техники элементов соревновательных программ, определение надёжности их исполнения (для студентов, завершивших спортивную карьеру).

40. Методика совершенствования компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.

41.Анализ оценок за Компоненты соревновательных программ фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на примере результатов соревнований серии Гран-При взрослых и юниоров текущего сезона (для членов сборных команд предоставить анализ собственных выступлений).

42. Отчет о судействе соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода (Система судейства ИСУ), судьи, ассистента и технического специалиста.

43. Характеристика технологии ведения документов, необходимых для организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках различного уровня.

44. Итоги судейства соревнований, проводимых Московской федерацией фигурного катания; Федерацией фигурного катания России; ДЮСШ и СДЮШОР по различным категориям и возрастам.

45. Краткая характеристика «Системы судейства ИСУ», принятой в 2004 году. Шкала стоимости каждого элемента (Scale of Value), входящего в содержание соревновательных программ всех видов фигурного катания на коньках.

46. Обзор официальной формы с указанием планируемого содержания программ.

47. Определение базовой стоимости и уровня сложности элементов соревновательных программ с помощью оценочных таблиц; оценка качества исполнения элементов короткой и произвольной программы; определение стоимости Компонентов программы.

48. Технология выведения технической оценки.

49. Критерии оценки компонентов программ и методика её определения в синхронном катании на катании.

50. Регламентация работы в качестве судьи; ассистента рефери; рефери; технического специалиста; технического контролера в синхронном катании.

51. Технология работы с документацией и аппаратурой, регламентирующей работу судейской бригады, оценивающей выступления фигуристов в соревнованиях по синхронному катанию.

52. Регламент участия в судейских совещаниях и в Round table discussion. Написание отчёта по судейству.

53. Специфика навыков судейства в спортивных танцах на льду.

54. Специфика навыков судейства в парном катании.

55. Специфика навыков судейства в синхронном катании.

56. Специфика работы секретариата, организационного комитета, судей при участниках соревнований в различных видах фигурного катания.

57. Специфика судейства соревновательных программ синхронного катания. Ознакомление с правилами, обеспечивающими безопасность проведения соревнований по синхронному катанию.

58. Отчет о практике организации спортивных праздников и судействе соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.

59. Правила и процедура присвоения разрядов.
60. Специфика работы балетов на льду, клубов и детских коллективов.
61. Отчет о проведении и судействе соревнований по специальным программам: детские тематические праздники на льду, фестивали танцев, соревнования по спортивным танцам для взрослого населения и другие формы.
62. Характеристика тестов и контрольных упражнений, используемых в фигурном катании на коньках для определения силы различных мышечных групп у спортсменов различного возраста, специализирующихся в различных видах фигурного катания на коньках.
63. Методика оценки силовых способностей. Тестирование вне льда. Методика оценки силовых способностей в условиях льда.
64. Средства и методы, используемые для развития специальной и общей выносливости фигуристов в зале и на льду. (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).
65. Методика определения гибкости, как физического качества. Виды гибкости. Тесты, используемые для оценки уровня развития гибкости. Выполнение упражнений в зале и на льду, способствующих развитию гибкости у фигуристов (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).
66. Оценка индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности студентов, специализирующихся в различных видах фигурного катания.
67. Анализ индивидуальных показателей комплексного тестирования на различных этапах подготовки (для членов сборных команд различного уровня).
68. Методика совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.
69. Специальная физическая подготовка (СФП). Её значение в развитии двигательных качеств, в совершенствовании функциональных и морфологических систем организма.

70. Техническая подготовка в фигурном катании (СТП). Ее особенности в зависимости от вида фигурного катания. Содержание технической подготовки и ее задачи. Критерии технической подготовленности фигуристов, специализирующихся в одиночном катании, парном катании, спортивных танцах на льду, в синхронном катании.

71. Факторы, обуславливающие техническую и физическую подготовленность фигуристов в различных видах фигурного катания на коньках. Виды двигательных тестов для определения состояния или способностей фигуристов.

72. Выполнение индивидуальных программ по ОФП и СФП, содействующих развитию оптимального уровня развития двигательных качеств в избранном виде фигурного катания, а также способствующих приобретению и сохранению спортивной формы.

73. Анализ эффективности используемых средств и методов подготовки (анализ собственных индивидуальных планов подготовки студентов-членов сборных команд).

74. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.

75. Структура годичного цикла подготовки: одноцикловая, двухцикловая.

Варианты годичного планирования фигуристов различного уровня подготовленности. Основные средства круглогодичной тренировки.

76. Структура календаря спортивных соревнований: главные, подводящие, контрольные.

77. Учет и анализ индивидуальных особенностей приобретения и сохранения спортивной формы (для членов сборных команд).

78. Составление конкретных планов подготовки в годичном цикле для квалифицированных фигуристов. Подготовка планирующей и отчетной документации.

79. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России)

## **2) Выполнение практических заданий:**

1. Разработать план тренировок в мезоцикле соревновательного периода для спортсменов начального этапа подготовки.
2. Разработать план тренировок для соревновательного микроцикла соревновательного периода для спортсменов, занимающихся на тренировочном этапе (группа свыше 2-х лет).
3. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента спортивных танцев на льду.
4. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента спортивных танцев на льду.
5. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента спортивных танцев на льду, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.
6. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.
7. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве технического специалиста.
8. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).
9. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для взрослых, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).
10. Определите уровень индивидуального развития двигательных качеств при помощи комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.



11. Опишите особенности организации и проведения тестирования для оценки физической подготовленности фигуристов, находящихся на учебно-тренировочном этапе. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.
12. Опишите комплекс тестов и критериев оценки, которые позволяют выявить отстающие стороны в физической и спортивно-технической подготовленности спортсменов (Скуратова Т.В. и Тихомиров А.К.).
13. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности девушек-одиночниц на этапе спортивного совершенствования.
14. Продемонстрировать индивидуальную технику выполнения элементов скольжения с учетом специфики синхронного катания.
15. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента синхронного катания.
16. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента синхронного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.
17. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.
18. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве технического специалиста.
19. Разработайте комплексы упражнений для обучения и совершенствования уровня индивидуального мастерства или овладения техникой исполнения элементов синхронного катания.
20. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.
21. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для Новисов, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.

22. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения пробы Руфье – Диксона. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.
23. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения теста PWC170. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.
24. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения Гарвардского степ – теста. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.
25. Подготовить индивидуальный план подготовки в годичном цикле для квалифицированных фигуристов (на примере любого вида фигурного катания на коньках)
26. Подготовка планирующей и отчетной документации по выполнению индивидуального плана подготовки (на примере любого периода или мезоцикла подготовки).

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература**

1. Абсалямова, И.В. Педагогический и медико-биологический контроль в фигурном катании на коньках : учеб. пособие для студентов РГУФКСиТ : [рек. Эмс РГУФКСиТ] / И.В. Абсалямова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 43 с.: табл.
2. Апарин, В.А. Фигурное катание на коньках. Одиночное катание. Техника и методика обучения : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / В.А. Апарин ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб.: [Б. и.], 2008. - 132 с.: ил.
3. Тузова, Е.Н. Обучение базовым элементам фигурного катания : учеб.-метод. пособие / Е.Н. Тузова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М.: Человек/SPORT, 2015. - 92 с.: табл.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры./Л.П. Матвеев – М.,ФиС, СпортАкадемПресс, 2008. – 543 с.
5. Фигурное катание на коньках : учеб. для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Мишин А. Н. – М. : ФиС, 1985. – 271 с.

### **б) Дополнительная литература**

1. Абсалямова И.В. Методика обучения в фигурном катании на коньках: учебное пособие для студентов РГУФК. / И.В. Абсалямова - М., РГУФК, 2005. – 50 с.
2. Абсалямова И.В. Тренировочные и соревновательные нагрузки в фигурном катании на коньках, Метод. Разработки для студентов РГУФК./И.В. Абсалямова – М., РИО РГУФК, 2005. – 32 с.

3. Абсалямова И.В. Столетняя история чемпионатов мира по фигурному катанию на коньках (одиночное катание). Учебное пособие. / И.В. Абсалямова И.В. РГАФК. – М., ФОН, 1997 г.- 122 с.
4. Апарин В.А. Фигурное катание на коньках. Техника и методика обучения. Учебное пособие./В.А.Апарин В.А.- Санкт.-Петербург.: СПГУФК имени Лесгафта,2008.- 132 с.
5. Абсалямова И.В. Характеристика спортивных танцев на льду и методика их судейства: учебное пособие (учебно - метод.комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания») для студентов РГУФКСМиТ. по направлению 032100: и специальности 03210165 / И.В., Абсалямова И.В., Л.В. Кузнецова - М., РГУФКСМиТ, каф. Теории и методики конькоб. спорта и фиг.кат. на коньках. – М., 2011. - 76с.
6. Абсалямова И.В. Методические рекомендации к проведению практических занятий на льду (учебно - метод. комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания на коньках») для студентов РГУФКСМиТ по направлению 034300.62 Физическая культура ; / И.В.Абсалямова, Н.В. Китаева, Д.Д.Баранова, Л.В. Кузнецова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. Каф. Теории и методики лыж. и коньк. спорта, фигурного кат на коньках. М., 2014. – 97 с.
7. Апарин В.А. Начальное обучение фигурному катанию на коньках./ В.А.Апарин. - Ленинград: ГДОИФК, 1988. –26 с.
8. Варданян А.Н. Педагогические аспекты применения средств восстановления в фигурном катании на коньках. Автореферат кандидатской дисс./ А.Н Варданян – М., 1994 – 23с.
9. Варданян А.Н. Применение комплекса восстановительных средств в подготовительном периоде юных фигуристов // Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./ А.Н.Варданян – М., 1994. – с.7.
10. Варданян А.Н. Эффективность использования комплекса восстановительных средств при подготовке фигуристов в среднегорье //

- Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./  
А.Н. Варданян. - М., - 1994. – с. 9.
11. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности. / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, Е.М. Корсун. – Киев: Олимпийская литература, 2000 – с. 309-315.
  12. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. / Ю.К.Гавердовский. - М.,ФиС, 2007. – с. 156-549.
  13. Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. / В.М. Зациорский. – М.,ФиС, 2009. – 350 с.
  14. Медведева И.М. Фигурное катание на коньках – учебник для студентов вузов физического воспитания/ И.М. Медведева. - Киев, «Олимпийская литература», 1998 г. – 224 с.
  15. Мишин А.Н. Прыжки в фигурном катании. / А.Н.Мишин. - М.,ФиС, 1976. – 103 с.
  16. Мишин А.Н. Биомеханика движений фигуриста. /А.Н. Мишин. –М.,ФиС, 1981. – 141 с.
  17. Мишин А.Н. Фигурное катание в России Факты, события, судьбы. /А.Н.– Мишин, Ю.В.Якимчук. – М., ООО «РИЦ Северо-Восток». – 2007, - 618 с.
  18. Панин Н.А. Искусство катания на коньках./Н.А. Панин. –М., - Ленинград: ФиС, 1938. -270 с.
  19. Тажирова Л.Б. Русская школа фигурного катания. / Л.Б.Тажирова.–М.: ГИТИС- 1992. – 92с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Сайт Международного Союза конькобежцев [www.isu.org](http://www.isu.org);
2. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках России [www.fsrussia.ru](http://www.fsrussia.ru);
3. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках г. Москвы [www.ffkm.ru](http://www.ffkm.ru).

- 4.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
5. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
6. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Обучающие программы:

- 1.Видеоконпьютерные учебно-методические пособия: «Оценка координационной сложности элементов фигурного катания на коньках (одиночное и парное катание, спортивные танцы на льду).
- 2.Тренажерно – дидактический комплекс «Методика определения уровня сложности вращений и прыжков во вращение по современной системе судейства ИСУ 2010».

Образовательные контенты:

1. Иллюстративно-информационное мультимедийное пособие «Ретроспектива дизайна костюмов для фигурного катания на коньках».
2. Медиатека специализации фигурное катание на коньках кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Олимпийских Игр, Чемпионатов Мира, Чемпионатов Европы, Серий Гран-При, международных соревнований).

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций: УСЗК, кафедра ТиМ лыжного и конькобежного спорта и фигурного катания на коньках 105, 106, 108.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очная (ускоренное обучение на базе СПО)**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	6 неделя	10
2	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	11 неделя	10
3	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	15 неделя	15
4	<i>Ролевая игра по разделу 1.3: «Совершенствование компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	17 неделя	15
5	<i>Ролевая игра по разделу 2.1: «Судейство соревнований по фигурному катанию на коньках»</i>	30 неделя	15
6	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	34 неделя	10
7	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	10

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<b>Экзамен</b>	<b>41-43 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
3	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
4	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	15

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очная (ускоренное обучение на базе СПО)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	10 неделя	15
2	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	15 неделя	15
3	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	22 неделя	10
4	<i>Ролевая игра по теме 2.2. «Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери»</i>	25 неделю	15
5	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	34 неделя	10
6	<i>Практическое задание по теме 4.1. «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	37 неделя	5
7	<i>Коллоквиум по теме 5.1 «Отбор в фигурном катании на коньках»</i>	40 неделя	5
8	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	10
	<b>Экзамен</b>	<b>42-45 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i>	10
2	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	10
3	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	5
4	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	15
5	<i>Практическое задание по теме 4.1 «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очная (ускоренное обучение на базе СПО)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»	4 неделя	4
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»	7 неделя	4
3	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»	9 неделя	4
4	<b>Творческое задание по темам 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»	11 неделя	4
5	<b>Контрольная работа 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)	13 неделя	4
6	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - Fourteenstep - Kilian - Quickstep	15 неделя	4
7	<b>Ролевая игра по теме 2.3:</b> «Судейство паттерн танцев в категориях Basic Novice, Advanced Novice»	17 неделя	5
8	<b>Репродуктивные задания по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического	19 неделя	4

	<i>специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>		
9	<b>Контрольная работа по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»	21 неделя	4
10	<b>Деловая игра. (Ролевая игра) по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»»	22 неделя	5
11	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»	23неделя	4
12	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» <b>по теме 3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»	24 неделя	4
13	<b>Творческое задание по теме 3.1.</b> "Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств" <b>и теме 3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках».	25 неделя	4
14	<b>Круглый стол по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств», <b>3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»	26 неделя	5
15	<b>Творческое задание по теме 3.1:</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "	27 неделя	4
16	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3.</b> «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»	29 неделя	4
17	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	36 неделя	4
18	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	37 неделя	4
19	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Экзамен</b>	<b>43-44 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»	4
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»	4
3	<b>Контрольная работа по теме 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)	4
4	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»:	4
5	<b>Творческое задание по теме 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»	4
6	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»	4
7	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»	4
8	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - <i>Forteenstep</i> - <i>Kilian</i> - <i>Quikstep</i>	4
9	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	4
10	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	4

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое	2		3	4	5	
	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	

выражение оценки						
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,  
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная (ускоренное обучение на базе СПО)*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

**2.Семестры освоения дисциплины (модуля):** 1-6 семестры

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	наименование
1	2
ОПК-2	Уметь: - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.
ОПК-3	Уметь: - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы



	<p>спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.</li> </ul>
<i>ОПК-5</i>	<p>Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>Владеть:</p> <p>навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев</p>
<i>ОПК-8</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований (парное катание, танцы на льду, синхронное катание);</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)</li> </ul>
<i>ПК-10</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</li> <li>- определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта;</li> <li>- анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</li> <li>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>
<i>ПК-11</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>
<i>ПК-14</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)</li> </ul>

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>
<i>ПК-15</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля)  
Очная форма обучения (ускоренное обучение на базе СПО)**

**Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)**

**Общая трудоемкость 7 з.е. или 261 час.**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	I		30	78		
2	<b>Всего за семестр: 108 часов (3 зачетных единицы)</b>	I		30	78		
3	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	II		20	50		
4	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	II		10	64		
5	Экзамен	II				9	Экзамен
6	<b>Всего за семестр: 153 часа (4,25 зачетных единицы)</b>	II		30	114	9	
<b>Всего за I курс: 261 час (7,25 зачетных единиц)</b>				<b>60</b>	<b>192</b>	<b>9</b>	

## Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

*Общая трудоемкость 3 з.е. или 99 часов*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	III		30	15		
2	<b>Всего за семестр: 45 часов (1,25 зачетных единицы)</b>			30	15		
3	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	IV		16	3		
4	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	IV		6	4		
5	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	IV		4	4		
6	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ	IV		4	4		
7	<b>Экзамен</b>	IV				9	<b>Экзамен</b>
8	<b>Всего за семестр: 54 часа (1,5 зачетных единицы)</b>			30	15	9	
<b>Всего за II курс: 99 часов (2,75 зачетных единицы)</b>				60	30	9	

### Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

*Общая трудоемкость 10 з.е. или 360 часов*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	V		30	159		
2	<b>Всего за семестр: 189 часов (5,25 зачетных единицы)</b>			30	159		
3	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	VI		10	40		
4	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	VI		10	52		
5	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VI		10	40		
6	<b>Экзамен</b>	VI				9	<b>Экзамен</b>
7	<b>Всего за семестр: 171 час (4,75 зачетных единицы)</b>			30	132	9	
<b>Всего за III курс: 360 часов (10 зачетных единиц)</b>				60	12	9	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,**  
**фигурного катания на коньках**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование**  
**(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 18 от «05» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках  
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Составители: Абсалямова Ирина Васильевна – кандидат педагогических наук, профессор кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Баранова Дарья Дмитриевна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Варданян Асмик Нориковна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Жгун Елена Вячеславовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Китаева Наталья Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Кузнецова Лариса Владимировна – преподаватель кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ.

Рецензент: доцент кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ, кандидат педагогических наук М.Е. Бурдина

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» относится к вариативной части блока Б1 (Б1.В.ОД.16), является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общепрофессиональных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Изучение дисциплины



наиболее тесно связано и опирается на дисциплину профессионального цикла «Теория и методика избранного вида спорта (фигурное катание на коньках)», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности, формирующими начальный и продвинутой уровни освоения реализуемых на модулях компетенций. Формирование компетенций на завершающем уровне реализуется дисциплиной «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)».

Данная дисциплина предшествует прохождению практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, а также преддипломной практики.

Итоговой формой контроля сформированности компетенций является Государственная итоговая аттестация.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-2	<b>Уметь:</b> - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	4	6
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	4	6
ОПК-3	<b>Уметь:</b> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	4	8
	<b>Владеть:</b> - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	8	10
ОПК-5	<b>Уметь:</b> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности	6	8
	<b>Владеть:</b> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев	8	10
ОПК-8	<b>Уметь:</b> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)	2	3

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований (парное катание);</li> </ul>	4	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду);</li> </ul>	6	8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)</li> </ul>	7	10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание)</li> </ul>	4	6
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований (танцы на льду)</li> </ul>	6	8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований (синхронное катание)</li> </ul>	7	10
<i>ПК-10</i>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</li> <li>- определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта;</li> <li>- анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</li> <li>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> </ul>	4	6
	<p><b>Владеть:</b></p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	4	6
<i>ПК-11</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>	8	10
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>	8	10
<i>ПК-14</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (одиночное</li> </ul>	1	2

	катание)		
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (парное катание)	3	5
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (танцы на льду)	5	7
	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности (синхронное катание)	7	9
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	1	2
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (парное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	3	5
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (танцы на льду); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	5	7
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (синхронное катание); - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	7	9
ПК-15	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	1	2
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	3	5

<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	5	7
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	7	9
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	1	2
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	3	5
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	5	7
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>	7	9

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

#### Очная форма обучения

#### Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

*Общая трудоемкость 6,5 з.е. или 234 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>I</b>		<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночное катание			10	25		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.			10	25		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.			10	28		
<b>5</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>6</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	<b>II</b>		<b>20</b>	<b>60</b>		
<b>7</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках.			20	60		
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>II</b>		<b>10</b>	<b>27</b>		

9	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.			10	27		
10	Экзамен	II				9	Экзамен
11	Всего за семестр			30	87	9	
<b>Итого часов:</b>				<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	

## Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

*Общая трудоемкость 3,5 з.е. или 126 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	III		30	15		
2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: парное катание.	III		10	5		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	III		10	5		
4	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	III		10	5		
5	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
6	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	IV		16	12		
7	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи, ассистента рефери, оператора ввода.	IV		16	12		
8	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В	IV		6	10		

	ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.						
9	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	IV		6	10		
10	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА			4	10		
11	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	IV		4	10		
12	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ			4	10		
13	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	IV		4	10		
14	Экзамен	IV				9	Экзамен
15	Всего за семестр			30	42	9	
<b>Итого часов:</b>				<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	

### Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

*Общая трудоемкость 2,25 з.е. или 81 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	V		30	6		
2	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - спортивные танцы	V		10	2		
3	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и	V		10	2		



	надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.						
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	V		10	2		
<b>5</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
<b>6</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	VI		10	4		
<b>7</b>	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери; оператора ввода.	VI		6	2		
<b>8</b>	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VI		4	2		
<b>9</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	VI		10			
<b>10</b>	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VI		10			
<b>11</b>	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VI		10	2		
<b>12</b>	4.2. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.	VI		10	2		
<b>13</b>	<b>Экзамен</b>	VI				9	<b>Экзамен</b>
<b>14</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	
<b>Итого часов:</b>				<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	

## Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)

*Общая трудоемкость 7.75 з.е. или 234 час.*

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	<b>VII</b>		<b>20</b>	<b>70</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - синхронное катание	VII		8	30		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	VII		6	20		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	VII		6	20		
<b>5</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	<b>VII</b>		<b>10</b>	<b>62</b>		
<b>6</b>	2.4. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов ввода.	VII		10	62		
<b>7</b>	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		
<b>8</b>	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	<b>VIII</b>		<b>20</b>	<b>60</b>		
<b>9</b>	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	VIII		6	20		

<b>10</b>	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VIII		6	20		
<b>11</b>	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.	VIII		8	20		
<b>12</b>	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VIII		<b>10</b>	<b>18</b>		
<b>13</b>	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).	VIII		10	18		
<b>14</b>	<b>Экзамен</b>	<b>VIII</b>				<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
	<b>Всего за семестр</b>			<b>30</b>	<b>78</b>	<b>9</b>	
	<b>Итого часов:</b>			<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20** зачетных единиц,  
**720 академических часов**

### Заочная форма обучения

№	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ			<b>54</b>	<b>262</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночное катание; - парное катание; - спортивные танцы; - синхронное катание.	II V VIII X		10 4 4 4	72 10 20 14		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	I V VIII X		6 4 4 4	32 8 20 14		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	I V VIII X		4 4 2 4	30 8 20 14		
<b>5</b>	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ			<b>20</b>	<b>136</b>		
<b>6</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке;	III		10	80		

	судьи при участниках; оператора ввода.						
7	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию на коньках в качестве судьи-стажера; судьи; ассистента рефери; рефери.	VI		2	10		
8	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери; оператора ввода.	VIII		2	18		
9	2.4. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов ввода.	X		2	10		
10	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VIII		4	18		
11	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.			18	130		
12	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	IV VI		10 2	89 8		
13	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VIII		2	18		
14	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.	X		4	15		
15	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.			6	39		
16	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	VI		2	8		
17	4.2. Методика перспективного,	VIII		2	19		

	текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.						
<b>18</b>	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).	X		2	12		
<b>19</b>	<b>РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ</b>			<b>2</b>	<b>8</b>		
<b>20</b>	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	VI		2	8		
<b>21</b>	<b>Экзамен</b>	<b>II IV VI VIII X</b>				<b>9 9 9 9 9</b>	<b>Экзамен Экзамен Экзамен Экзамен Экзамен</b>
<b>22</b>	<b>Итого часов:</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках.

2. Характеристика короткой программы в одиночном фигурном катании на коньках.

3. Характеристика произвольной программы в одиночном фигурном катании на коньках.

4. Оценка Компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании.

5. Обязанности судьи-секретаря и судьи-информатора.

6. Оценка уровня развития двигательных качеств (координационных способностей).

7. Обязанности оператора ввода данных.

8. Оценка уровня развития двигательных качеств (силовых способностей).

9. Обязанности технического специалиста в фигурном катании на коньках.

10. Оценка уровня развития двигательных качеств (выносливости).

11. Обязанности судьи по музыке и судьи при участниках в соревнованиях фигуристов.

12. Оценка уровня развития двигательных качеств (гибкости).
13. Обязанности рефери соревнований по фигурному катанию на коньках.
14. Оценка уровня развития двигательных качеств (быстроты).
15. Обязанности ассистента Технического специалиста в судействе фигурного катания на коньках.
16. Составить Положение о соревновании по фигурному катанию на коньках.
17. Обязанности Технического контролера в судействе фигурного катания.
18. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для короткой программы одиночного катания.
19. Особенности проведения жеребьевки стартовых номеров для произвольной программы одиночного катания.
20. Составьте Контент короткой программы фигуристов – одиночников.
21. Характеристика протокола судьи на соревнованиях фигуристов-одиночников.
22. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжковых элементов.
23. Характеристика протокола рефери на соревнованиях фигуристов - одиночников.
24. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) вращений у фигуристов.
25. Характеристика протокола Технического контролера на соревнованиях фигуристов - одиночников.
26. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) прыжков во вращение.
27. Характеристика протокола Технического специалиста на соревнованиях фигуристов – одиночников.
28. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) шагов в соревновательных программах фигуристов в одиночном катании.
29. Judges detail Scores. Дайте характеристику протоколу соревнований.
30. Характеристика шкалы стоимости (Base Value) хореографических последовательностей.
31. Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении прыжку Аксель



- 32.Классификация прыжков во вращение в фигурном катании на коньках
- 33.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении прыжкам в 1 оборота: 1 Тулуп, 1 сальхов, 1 флип и 1 лутц.
- 34.Комплекс подготовительных и подводящих упражнений, используемый при обучении вращениям в фигурном катании на коньках.
- 35.Классификация прыжков в фигурном катании на коньках.
- 36.Классификация вращений и шагов в фигурном катании на коньках.
- 37.Составьте Контент произвольной программы фигуристов – одиночников.

## **2) Выполнение практических заданий:**

- 38.Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.
- 39.Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента одиночного фигурного катания на коньках.
- 40.Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.
41. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.
42. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.
- 43.Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.
44. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в одиночном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон.

## 2 курс

### 1) Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика движений в парном катании.
2. Взаимодействие партнёров в парном катании.
3. Порядок и режим работы мышц при выполнении поддержек в парном катании.
4. Силы, действующие на систему партнёр-партнёрша при выполнении поддержек.
5. Фазовая структура поддержек, варианты хватов при подъёме и опускании партнёрши.
6. Фазовая структура подкруток и выбросов.
7. Согласованность действий партнёров при выполнении поддержек, подкруток и выбросов.
8. Фазовая структура спиралей, обводок и тодесов в парном катании.
9. Взаимодействие сил при выполнении спиралей, обводок и тодесов.
10. Подбор партнёров в паре.
11. Требования правил к исполнению поддержек, подкруток и выбросов.
12. Требования к исполнению прыжковых элементов фигуристами-парниками.
13. Технические особенности и требования правил к исполнению тодесов, обводок, шагов, спиралей.
14. Требования правил к технике исполнения вращений: отдельных и совместных.
15. Особенности методики обучения в парном катании.
16. Использование подготовительных и подводящих элементов при обучении различным элементам парного катания.
17. Использование вспомогательных средств и технических устройств при обучении в парном катании.

18. Особенности методики составления короткой и произвольной программ парного катания. Подбор музыки, распределение элементов по ледовой площадке.

19. Содержание короткой программы парного катания: взрослые.

20. Содержание короткой программы парного катания: юниоры.

21. Содержание сбалансированной произвольной программы: взрослые.

22. Содержание сбалансированной произвольной программы: юниоры.

23. Провозы как разновидности поддержек. Техника исполнения этих элементов и требования правил к исполнению их в условиях соревнований.

24. Характеристика шкалы стоимости элементов парного катания (BaseofValue). Анализ стоимости всех групп элементов парного катания.

25. Идентификация элементов и характеристика черт, необходимых для присвоения уровней с 1-го по 4-й.

26. Оценка качества исполнения элементов парного катания (GOE).

27. Запрещённые элементы в парном катании.

28. Компоненты программы парного катания, их характеристика и критерии.

29. Анализ таблицы снижений за допущенные ошибки при исполнении элементов парного катания.

30. Методика судейства в парном катании: последовательность операций при оценке соревновательных выступлений фигуристов-парников.

31. Характеристика тестов и методики их применения для оценки уровня скоростной и скоростно-силовой подготовленности фигуристов.

32. Методика оценки силовых способностей. Тестирование в условиях льда и вне льда.

33. Методика тестирования выносливости вне льда, в лабораторных условиях.

34. Состав судейской и технических бригад для проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

35. Обязанности судей и рефери.

36. Обязанности технического контролера и технического специалиста.

37. Обязанности оператора ввода данных и оператора видеоповтора.

38.Подбор музыкального сопровождения для программ в различных видах фигурного катания на коньках.

39.Алгоритм построения программы: три этапа создания программы.

40.Постановочная работа на льду и в зале.

41.Общие положения отбора в спорте.

42.Отбор фигуристов для занятий в ДЮСШ и СДЮШОР. Организация и система отбора перспективных фигуристов.

43.Характеристика педагогических тестов при отборе юных фигуристов.

44.Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на процессы терморегуляции?

45.Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на мышечный аппарат ребенка?

46.Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на костно-связочный аппарат ребенка?

47.Как занятия фигурным катанием на коньках влияют на вестибулярный аппарат?

48.Почему занятия фигурным катанием на коньках способствуют развитию органов дыхания?

49.Какие физические качества воспитываются во время занятий фигурным катанием?

50.Как используются умения и навыки, полученные детьми по время катания на коньках, в повседневной жизни?

51.Какую роль занятия фигурным катанием играют в регулировании активности у детей?

52.Каким образом занятия фигурным катанием развивают у детей пространственную ориентацию?

53.Урок и тренировочное задание. Цели и задачи урока и его частей.

54.Особенности построения урока и тренировочного занятия у фигуристов в зале и на льду.

55.Групповые и индивидуальные уроки и занятия.

56.Контроль и оценка эффективности обучения.

57.Система многолетней спортивной подготовки фигуристов. Цель и задачи многолетнего процесса спортивной подготовки фигуристов. Закономерности и основные методические принципы спортивной тренировки.

58.Основные особенности спортивной подготовки в фигурном катании на коньках: неспецифические, специфические и специальные упражнения, применяемые в тренировке фигуристов.

59.Годичное планирование тренировки фигуристов. Периодизация тренировочного процесса. Периоды подготовки и их характеристика.

60.Варианты построения годичного цикла подготовки (одноцикловой, двухцикловой, трёхцикловой): их основные особенности, содержание, динамика объёма и интенсивности нагрузки.

61.Мезоциклы и микроциклы подготовки, их общая характеристика, цель и задачи и длительность.

62.Характер чередования нагрузки и её варианты в мезоцикле, микроцикле.

63.Структура и содержание микроциклов подготовки фигуристов.

64.Количество тренировочных занятий в мезоцикле и микроцикле. Взаимосвязь и частота повторений.

65.Направленность тренировочных занятий в мезо и микроциклах подготовки фигуристов.

66.Определение проблемы спортивного отбора фигуристов

67.Методы, используемые в фигурном катании при отборе

68.Спортивная ориентация в фигурном катании при отборе

69.Способности фигуристов как совокупности качеств личности, соответствующих объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающим успешное ее выполнение в фигурном катании на коньках

70.Общие способности, обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками и продуктивность в фигурном катании на коньках

71. Специальные способности, необходимые для достижения высоких результатов в фигурном катании на коньках

72. Зависимость спортивных способностей от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью.

73. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в дошкольных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми дошкольного возраста и их влияние на организм занимающихся.

74. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в общеобразовательных учебных учреждениях. Особенности построения занятий фигурным катанием на коньках с детьми младшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

75. Особенности построения занятий катанием на коньках с детьми среднего и старшего школьного возраста и их влияние на организм занимающихся.

76. Организация занятий по фигурному катанию на коньках в высших учебных заведениях.

77. Гигиенические требования, предъявляемые к занятиям фигурным катанием на коньках на естественных катках.

78. Противопоказания и ограничения по состоянию здоровья для занятий фигурным катанием на коньках.

## **2) Выполнение практических заданий:**

79. Разработать тематический план занятий на 3-ю четверть по разделу «Спортивно-оздоровительная деятельность, фигурное катание на коньках» для учащихся 1-го класса.

80. Рассчитать для Рабочей программы по физической культуре для 1-4 класса, составленной в соответствии с ФГОС, тематическое распределение часов для раздела «Спортивно-оздоровительная деятельность: Фигурное катание на коньках».

81. Составить блок тестовых заданий для проведения Контрольных срезов и оценки результатов освоения Обязательного минимума содержания учебного

предмета «Физическая культура».

82. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента парного катания.

83. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента парного катания.

84. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента парного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

85. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

86. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

87. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для юниоров в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

88. Подготовьте произвольную программу, соответствующую требованиям для взрослых в парном катании. В программе необходимо использовать все элементы, предписанные на сезон и предложить способы совершенствования компонентов соревновательных программ.

89. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

90. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве технического специалиста.

### 3 курс

#### 1) Вопросы для устного ответа:

1. Истоки, возникновение и этапы развития спортивных танцев на льду.
2. Первая официальная программа соревнований по спортивным танцам на льду.
3. Танцевальные школы различных стран.
4. Характеристика советской и российской школы танцев на льду, их вклад в историю развития танцев на льду.
5. Основные тенденции в танцах на льду.
6. Характеристика современного состояния спортивных танцев на льду: итоги текущего сезона – краткий анализ выступлений танцевальных пар на чемпионатах Европы, мира, зимних Олимпийских играх, чемпионате России, этапах кубков России и Гран-при.
7. Содержание спортивных танцев на льду: характеристика обязательных танцев (для категории «Бэзик»), паттерн и произвольного танцев.
8. Список обязательных танцев. Определение танцев из списка для исполнения их в соревнованиях в категориях – взрослые и юниоры. Требования к музыкальному сопровождению.
9. Классификация основных танцевальных элементов: разнообразные шаги, повороты, вращательные движения, поддержки, разрешенные прыжки. Классификация танцевальных позиций.
10. Характеристика технических особенностей выполнения танцевальных шагов.
11. Техника исполнения поворотных элементов и вращательных движений.
11. Техника исполнения танцевальных поддержек, их особенности, ограничения действий партнёров при их исполнении, возможные хваты.
12. Техника исполнения танцевальных вращений: без смены ноги, со сменой ноги, комбинированных вращений.
13. Основные характеристики паттерн танцев: точность шагов, рёбер, элементов \ движений и танцевальных позиций в соответствии с описанием их



в правилах. Исполнение танца в музыку. Унисон – одна из важнейших характеристик обязательных танцев.

14. Количество серий в паттерн танце, количество секций в танцах, определённых на текущий сезон.

15. Анализ технических особенностей исполнения паттерн танцев: точность исполнения шагов, элементов, позиций и хватов партнёров, расположение танца по ледовой площадке – правильный рисунок.

16. Качество исполнения паттерн танцев: чистота и глубина рёбер, ошибки и нарушения при исполнении танцев. Требования к вступительным шагам.

17. Характеристика ритмов для короткого танца в текущем сезоне.

18. Содержание короткого танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Технические особенности выполнения поддержек, вращений, дорожек шагов, серии последовательных твизлов.

19. Ограничения в коротком танце в текущем сезоне, специальные разрешения.

20. Базовые требования ко всем элементам паттерн танца

21. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в коротком танце.

22. Содержание произвольного танца (взрослые и юниоры): предписанные элементы и требования, предъявляемые к ним. Запрещенные элементы. Технические особенности выполнения всех элементов произвольного танца.

23. Базовые требования, предъявляемые ко всем элементам произвольного танца.

24. Черты, необходимые для получения уровней с 1 по 4 для каждого элемента в произвольном танце.

25. Методика определения оценки качества (GOE) исполнения каждой секции обязательного танца.

26. Характеристика Компонентов в паттерн танцах, их критерии и методика выставления оценки за Компоненты.

27. Методика определения оценки качества (GOE) за каждый предписанный элемент в коротком и произвольном танцах. Снижения за допущенные ошибки и нарушения в этих танцах.

28. Характеристика Компонентов для произвольного танца. Их критерии и методика выставления.

29. Характеристика этапов обучения обязательным танцам. Цель и задачи каждого этапа. Основные рекомендации при обучении и совершенствовании спортивных танцев: ознакомление с рисунком танца; разучивание шагов танца и позиций; разучивание танца по частям в зале и на льду без музыки и под музыку и т.д.

30. Подбор музыки для короткого и произвольного танцев, соответствующей требованиям правил соревнований.

31. Выбор необходимых движений для короткого и произвольного танцев и расположение их на ледовой площадке.

32. Методы упражнений, используемые при обучении движениям короткого и произвольного танцев.

## **2) Выполнение практических заданий:**

33. Разработать план тренировок в мезоцикле соревновательного периода для спортсменов начального этапа подготовки.

34. Разработать план тренировок для соревновательного микроцикла соревновательного периода для спортсменов, занимающихся на тренировочном этапе (группа свыше 2-х лет).

35. Продемонстрировать технику выполнения заданного элемента спортивных танцев на льду.

36. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента спортивных танцев на льду.

37. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента спортивных танцев на льду, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

38. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

39. Судейство соревнований по танцам на льду в качестве технического специалиста.

40. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).

41. Подготовьте короткий танец, соответствующий требованиям для взрослых, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации (танцевальные поддержки, танцевальные вращения).

42. Определите уровень индивидуального развития двигательных качеств при помощи комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.

43. Опишите особенности организации и проведения тестирования для оценки физической подготовленности фигуристов, находящихся на учебно-тренировочном этапе. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности фигуристов.

44. Опишите комплекс тестов и критериев оценки, которые позволяют выявить отстающие стороны в физической и спортивно-технической подготовленности спортсменов (Скуратова Т.В. и Тихомиров А.К.).

45. Раскройте содержание комплекса тестов для оценки физической и спортивно-технической подготовленности девушек-одиночниц на этапе спортивного совершенствования.

## *4 курс*

### **1) Вопросы для устного ответа:**

1. Методы и средства совершенствования техники скольжения и базовых навыков индивидуального мастерства владения основными элементами соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.

2. Средства повышения уровня надежности исполнения основных элементов соревновательных программ в синхронном катании.

3. Методы и средства повышения уровня координационной сложности элементов и индивидуальная программа по совершенствованию качества их исполнения в синхронном катании.

4. Методика совершенствования уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном катании.

5. Средства и методы совершенствования исполнительского мастерства и основных компонентов соревновательных программ в синхронном катании

6. Отчет о результатах контрольных прокатах с последующим анализом результатов (для членов сборных команд); участия в показательных выступлениях и соревнованиях международного, всероссийского и московского календаря текущего сезона (для студентов - членов сборных команд).

7. Анализ выступлений фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на соревнованиях московского и областного календаря, Этапах кубка России, Кубках Москвы, этапах Гран-При и др. Анализ техники элементов соревновательных программ, определение надёжности их исполнения (для студентов, завершивших спортивную карьеру).

8. Методика совершенствования компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.

9. Анализ оценок за Компоненты соревновательных программ фигуристов, специализирующихся в разных видах фигурного катания на коньках на примере результатов соревнований серии Гран-При взрослых и юниоров текущего сезона (для членов сборных команд предоставить анализ собственных выступлений).

10. Отчет о судействе соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода (Система судейства ИСУ), судьи, ассистента и технического специалиста.

11. Характеристика технологии ведения документов, необходимых для организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках различного уровня.

12. Итоги судейства соревнований, проводимых Московской федерацией фигурного катания; Федерацией фигурного катания России; ДЮСШ и СДЮШОР по различным категориям и возрастам.

13. Краткая характеристика «Системы судейства ИСУ», принятой в 2004 году. Шкала стоимости каждого элемента (Scale of Value), входящего в содержание соревновательных программ всех видов фигурного катания на коньках.

14. Обзор официальной формы с указанием планируемого содержания программ.

15. Определение базовой стоимости и уровня сложности элементов соревновательных программ с помощью оценочных таблиц; оценка качества исполнения элементов короткой и произвольной программы; определение стоимости Компонентов программы.

16. Технология выведения технической оценки.

17. Критерии оценки компонентов программ и методика её определения в синхронном катании на катании.

18. Регламентация работы в качестве судьи; ассистента рефери; рефери; технического специалиста; технического контролера в синхронном катании.

19. Технология работы с документацией и аппаратурой, регламентирующей работу судейской бригады, оценивающей выступления фигуристов в соревнованиях по синхронному катанию.

20. Регламент участия в судейских совещаниях и в Round table discussion. Написание отчёта по судейству.

21. Специфика навыков судейства в спортивных танцах на льду.

22. Специфика навыков судейства в парном катании.
23. Специфика навыков судейства в синхронном катании.
24. Специфика работы секретариата, организационного комитета, судей при участниках соревнований в различных видах фигурного катания.
25. Специфика судейства соревновательных программ синхронного катания. Ознакомление с правилами, обеспечивающими безопасность проведения соревнований по синхронному катанию.
26. Отчет о практике организации спортивных праздников и судействе соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.
27. Правила и процедура присвоения разрядов.
28. Специфика работы балетов на льду, клубов и детских коллективов.
29. Отчет о проведении и судействе соревнований по специальным программам: детские тематические праздники на льду, фестивали танцев, соревнования по спортивным танцам для взрослого населения и другие формы.
30. Характеристика тестов и контрольных упражнений, используемых в фигурном катании на коньках для определения силы различных мышечных групп у спортсменов различного возраста, специализирующихся в различных видах фигурного катания на коньках.
31. Методика оценки силовых способностей. Тестирование вне льда. Методика оценки силовых способностей в условиях льда.
32. Средства и методы, используемые для развития специальной и общей выносливости фигуристов в зале и на льду. (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).
33. Методика определения гибкости, как физического качества. Виды гибкости. Тесты, используемые для оценки уровня развития гибкости. Выполнение упражнений в зале и на льду, способствующих развитию гибкости у фигуристов (Методические приемы воспитания специальной выносливости, используемые в собственной практике).

34. Оценка индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности студентов, специализирующихся в различных видах фигурного катания.

35. Анализ индивидуальных показателей комплексного тестирования на различных этапах подготовки (для членов сборных команд различного уровня).

36. Методика совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.

37. Специальная физическая подготовка (СФП). Её значение в развитии двигательных качеств, в совершенствовании функциональных и морфологических систем организма.

38. Техническая подготовка в фигурном катании (СТП). Ее особенности в зависимости от вида фигурного катания. Содержание технической подготовки и ее задачи. Критерии технической подготовленности фигуристов, специализирующихся в одиночном катании, парном катании, спортивных танцах на льду, в синхронном катании.

39. Факторы, обуславливающие техническую и физическую подготовленность фигуристов в различных видах фигурного катания на коньках. Виды двигательных тестов для определения состояния или способностей фигуристов.

40. Выполнение индивидуальных программ по ОФП и СФП, содействующих развитию оптимального уровня развития двигательных качеств в избранном виде фигурного катания, а также способствующих приобретению и сохранению спортивной формы.

41. Анализ эффективности используемых средств и методов подготовки (анализ собственных индивидуальных планов подготовки студентов-членов сборных команд).

42. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.

43. Структура годичного цикла подготовки: одноцикловая, двухцикловая.

Варианты годового планирования фигуристов различного уровня подготовленности. Основные средства круглогодичной тренировки.

44. Структура календаря спортивных соревнований: главные, подводящие, контрольные.

45. Учет и анализ индивидуальных особенностей приобретения и сохранения спортивной формы (для членов сборных команд).

46. Составление конкретных планов подготовки в годовом цикле для квалифицированных фигуристов. Подготовка планирующей и отчетной документации.

47. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России)

### **Выполнение практических заданий:**

48. Продемонстрировать индивидуальную технику выполнения элементов скольжения с учетом специфики синхронного катания.

49. Предложить варианты повышения оценки судей (оценка GOE) и повышения уровня сложности заданного элемента синхронного катания.

50. Указать возможные ошибки, допущенные при исполнении заданного элемента синхронного катания, влияющие на понижение уровня сложности или отрицательную оценку судей.

51. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи по фрагментам видеобазы международных соревнований.

52. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве технического специалиста.

53. Разработайте комплексы упражнений для обучения и совершенствования уровня индивидуального мастерства или овладения техникой исполнения элементов синхронного катания.

54. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для юниоров, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.



55. Подготовьте короткую программу, соответствующую требованиям для Новисов, предписанным на данный сезон. Некоторые элементы могут быть выполнены только в виде имитации.

56. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения пробы Руфье – Диксона. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

57. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения теста PWC170. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

58. Оцените уровень функциональной подготовленности занимающихся при помощи проведения Гарвардского степ – теста. Опишите организацию и методику проведения тестирования, проанализируйте и интерпретируйте результаты.

59. Подготовить индивидуальный план подготовки в годичном цикле для квалифицированных фигуристов (на примере любого вида фигурного катания на коньках)

60. Подготовка планирующей и отчетной документации по выполнению индивидуального плана подготовки (на примере любого периода или мезоцикла подготовки).

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)**

### а) Основная литература

1. Абсалямова, И.В. Педагогический и медико-биологический контроль в фигурном катании на коньках : учеб. пособие для студентов РГУФКСиТ : [рек. Эмс РГУФКСиТ] / И.В. Абсалямова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 43 с.: табл.
2. Апарин, В.А. Фигурное катание на коньках. Одиночное катание. Техника и методика обучения : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, 032101 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / В.А. Апарин ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петербург. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб.: [Б. и.], 2008. - 132 с.: ил.
3. Тузова, Е.Н. Обучение базовым элементам фигурного катания : учеб.-метод. пособие / Е.Н. Тузова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - М.: Человек/SPORT, 2015. - 92 с.: табл.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры./Л.П. Матвеев – М.,ФиС, СпортАкадемПресс, 2008. – 543 с.
5. Фигурное катание на коньках : учеб. для ин-тов физ. культуры: Доп. Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Мишин А. Н. – М. : ФиС, 1985. – 271 с.

### б) Дополнительная литература

1. Абсалямова И.В. Методика обучения в фигурном катании на коньках: учебное пособие для студентов РГУФК. / И.В. Абсалямова - М., РГУФК, 2005. – 50 с.
2. Абсалямова И.В. Тренировочные и соревновательные нагрузки в фигурном катании на коньках, Метод. Разработки для студентов РГУФК./И.В. Абсалямова – М., РИО РГУФК, 2005. – 32 с.

3. Абсалямова И.В. Столетняя история чемпионатов мира по фигурному катанию на коньках (одиночное катание). Учебное пособие. / И.В. Абсалямова И.В. РГАФК. – М., ФОН, 1997 г.- 122 с.
4. Апарин В.А. Фигурное катание на коньках. Техника и методика обучения. Учебное пособие./В.А.Апарин В.А.- Санкт.-Петербург.: СПГУФК имени Лесгафта,2008.- 132 с.
5. Абсалямова И.В. Характеристика спортивных танцев на льду и методика их судейства: учебное пособие (учебно - метод.комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания») для студентов РГУФКСМиТ. по направлению 032100: и специальности 03210165 / И.В., Абсалямова И.В., Л.В. Кузнецова - М., РГУФКСМиТ, каф. Теории и методики конькоб. спорта и фиг.кат. на коньках. – М., 2011. - 76с.
6. Абсалямова И.В. Методические рекомендации к проведению практических занятий на льду (учебно - метод. комплекс раздела дисциплины «Теория и методика фиг. катания на коньках») для студентов РГУФКСМиТ по направлению 034300.62 Физическая культура ; / И.В.Абсалямова, Н.В. Китаева, Д.Д.Баранова, Л.В. Кузнецова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. Каф. Теории и методики лыж. и коньк. спорта, фигурного кат на коньках. М., 2014. – 97 с.
7. Апарин В.А. Начальное обучение фигурному катанию на коньках./ В.А.Апарин. - Ленинград: ГДОИФК, 1988. –26 с.
8. Варданян А.Н. Педагогические аспекты применения средств восстановления в фигурном катании на коньках. Автореферат кандидатской дисс./ А.Н Варданян – М., 1994 – 23с.
9. Варданян А.Н. Применение комплекса восстановительных средств в подготовительном периоде юных фигуристов // Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./ А.Н.Варданян – М., 1994. – с.7.
10. Варданян А.Н. Эффективность использования комплекса восстановительных средств при подготовке фигуристов в среднегорье //

- Восстановительные и гигиенические средства в подготовке спортсменов./  
А.Н. Варданян. - М., - 1994. – с. 9.
11. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности. / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, Е.М. Корсун. – Киев: Олимпийская литература, 2000 – с. 309-315.
  12. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. / Ю.К.Гавердовский. - М.,ФиС, 2007. – с. 156-549.
  13. Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. / В.М. Зациорский. – М.,ФиС, 2009. – 350 с.
  14. Медведева И.М. Фигурное катание на коньках – учебник для студентов вузов физического воспитания/ И.М. Медведева. - Киев, «Олимпийская литература», 1998 г. – 224 с.
  15. Мишин А.Н. Прыжки в фигурном катании. / А.Н.Мишин. - М.,ФиС, 1976. – 103 с.
  16. Мишин А.Н. Биомеханика движений фигуриста. /А.Н. Мишин. –М.,ФиС, 1981. – 141 с.
  17. Мишин А.Н. Фигурное катание в России Факты, события, судьбы. /А.Н.– Мишин, Ю.В.Якимчук. – М., ООО «РИЦ Северо-Восток». – 2007, - 618 с.
  18. Панин Н.А. Искусство катания на коньках./Н.А. Панин. –М., - Ленинград: ФиС, 1938. -270 с.
  19. Тажирова Л.Б. Русская школа фигурного катания. / Л.Б.Тажирова.–М.: ГИТИС- 1992. – 92с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Сайт Международного Союза конькобежцев [www.isu.org](http://www.isu.org);
2. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках России [www.fsrussia.ru](http://www.fsrussia.ru);
3. Сайт Федерации Фигурного катания на коньках г. Москвы [www.ffkm.ru](http://www.ffkm.ru).

- 4.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
5. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
6. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Обучающие программы:

- 1.Видеоконпьютерные учебно-методические пособия: «Оценка координационной сложности элементов фигурного катания на коньках (одиночное и парное катание, спортивные танцы на льду).
- 2.Тренажерно – дидактический комплекс «Методика определения уровня сложности вращений и прыжков во вращение по современной системе судейства ИСУ 2010».

Образовательные контенты:

1. Иллюстративно-информационное мультимедийное пособие «Ретроспектива дизайна костюмов для фигурного катания на коньках».
2. Медиатека специализации фигурное катание на коньках кафедры ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ (учебно-информационные видео фильмы, видеозаписи с Олимпийских Игр, Чемпионатов Мира, Чемпионатов Европы, Серий Гран-При, международных соревнований).

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, самостоятельной работы, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций: УСЗК, кафедра ТиМ лыжного и конькобежного спорта и фигурного катания на коньках 105, 106, 108.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очной формы обучения**

### И. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	6 неделя	10
2	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	11 неделя	10
3	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	15 неделя	15
4	<i>Ролевая игра по разделу 1.3: «Совершенствование компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	17 неделя	15
5	<i>Ролевая игра по разделу 2.1: «Судейство соревнований по фигурному катанию на коньках»</i>	30 неделя	15
6	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	34 неделя	10
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	<b>Экзамен</b>	<b>41-43 неделя</b>	<b>15</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>
--	--------------	-------------------

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
3	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
4	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	10 неделя	15
2	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	15 неделя	15
3	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	22 неделя	10
4	<i>Ролевая игра по теме 2.2. «Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери»</i>	25 неделю	15
5	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	34 неделя	10
6	<i>Практическое задание по теме 4.1. «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	37 неделя	5
7	<i>Коллоквиум по теме 5.1 «Отбор в фигурном катании на коньках»</i>	40 неделя	5
8	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	10
	<b>Экзамен</b>	<b>42-45 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*



№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i>	10
2	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	10
3	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	5
4	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	15
5	<i>Практическое задание по теме 4.1 «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»	4 неделя	5
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»	7 неделя	5
3	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»	9 неделя	5
4	<b>Творческое задание по темам 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»	11 неделя	10
5	<b>Контрольная работа 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)	13 неделя	5
6	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - Fourteenstep - Kilian - Quickstep	17 неделя	10
7	<b>Ролевая игра по теме 2.3:</b> «Судейство паттерн танцев в категориях Basic Novice, Advanced Novice»	26 неделя	10
8	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»	30 неделя	10

9	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»	37 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Экзамен</b>	<b>43-44 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»	5
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»	5
3	<b>Контрольная работа по теме 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)	5
4	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»:	5
5	<b>Творческое задание по теме 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»	5
6	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»	10
7	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»	5
8	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - Forteenstep - Kilian - Quikstep	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 4 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>ЭССЕ по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>	4 неделя	5
2	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном фигурном катании на коньках»</i>	8 неделя	5
3	<i>Репродуктивные задания по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>	13 неделя	5
4	<i>Контрольная работа по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>	15 неделя	5
5	<i>Деловая игра. (Ролевая игра) по теме 2.5. «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»»</i>	17 неделя	10
6	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» по теме 3.2. «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»</i>	25 неделя	5
7	<i>Творческое задание по теме 3.1. "Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств"</i>	26 неделя	10

	<i>и теме 3.2. «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках».</i>		
8	<b>Круглый стол по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств», <b>3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»	26 неделя	5
9	<b>Творческое задание по теме 3.1:</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "	27 неделя	10
10	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3.</b> «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»	29 неделя	5
11	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	36 неделя	5
12	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	37 неделя	5
13	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Экзамен</b>	<b>38 неделя</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» <b>по теме 3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»	5
5	<b>Творческое задание по теме :</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "	10
7	<b>Контрольная работа по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»	5
9	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
10	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
11	<b>ЭССЕ по теме 1.2.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»	5

13	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3. «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»</b>	5
----	--	---

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: 2 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
2	<i>Разноуровневые задачи и задания тема 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	20
3	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (одиночное катание)»</i>	20
4	<i>Ролевая игра по теме 1.3: «Совершенствование компонентов соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	20
5	<i>Посещение занятий</i>	10
	<b>Экзамен</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Разноуровневые задачи и задания по теме 1.1: «Основы базовой техники владения коньком в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	15
3	<i>Разноуровневые задачи и задания по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежность исполнения соревновательных программ в одиночном фигурном катании на коньках»</i>	20
4	<i>Творческое задание по теме 1.2: «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>	20



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 2 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», заочной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры

Форма промежуточной аттестации: 4 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	20
2	<i>Ролевая игра по разделу 2.1: «Судейство соревнований по фигурному катанию на коньках»</i>	30
3	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	25
4	<i>Посещение занятий</i>	10
	<b>Экзамен</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 2.1. «Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках; оператора ввода данных»</i>	20
3	<i>Творческое задание по разделу 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	25

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

##### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### **Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института СиФВ, 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (парное катание)»</i>	15
2	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	15
3	<i>Ролевая игра по теме 2.2. «Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери»</i>	15
4	<i>Творческое задание по теме 3.1: «Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	10
5	<i>Практическое задание по теме 4.1. «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</i>	10
6	<i>Коллоквиум по теме 5.1 «Отбор в фигурном катании на коньках»</i>	10
7	<i>Посещение занятий</i>	10
	<b>Экзамен</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i>	10
2	<i>Творческое задание по теме 1.3. «Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания»</i>	5
3	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>	15

	<i>коньках (парное катание)»</i>	
4	<b>Практическое задание по теме 4.1 «Разработать тематический план занятий по фигурному катанию на коньках на 3-ю четверть в соответствии с учебной программой занятий»</b>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 4 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	<i>Контрольная работа по теме 1.1: «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»</i>	5
2	<i>Контрольная работа по теме 1.1. «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»</i>	5
3	<i>ЭССЕ по теме 1.1. «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>	5
4	<i>Творческое задание по темам 1.2., 1.3. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»</i>	10
5	<i>Контрольная работа 1.3. «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)</i>	5
6	<i>Выполнение практических заданий: Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - Fourteenstep - Kilian - Quickstep</i>	10
7	<i>Ролевая игра по теме 2.3: «Судейство паттерн танцев в категориях Basic Novice, Advanced Novice»</i>	10
8	<i>Творческое задание по теме 2.6. «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»</i>	10
9	<i>Контрольная работа по теме 3.1. «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i>	10
10	<i>Посещение занятий</i>	10
	<i>Экзамен</i>	15
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 1.1:</b> «Требования правил к технике исполнения элементов в соревновательных программах фигуристов (Танцы на льду)»	5
2	<b>Контрольная работа по теме 1.1.</b> «Технические особенности выполнения основных элементов спортивных танцев на льду»	5
3	<b>Контрольная работа по теме 1.3.</b> «Подбор музыкального сопровождения к программам фигуристов» (Танцы на льду)	5
4	<b>ЭССЕ по теме 1.1.</b> «Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках»:	5
5	<b>Творческое задание по теме 1.2., 1.3.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках (танцы на льду)» «Совершенствование компонентов соревновательных программ в танцах льду»	5
6	<b>Творческое задание по теме 2.6.</b> «Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам»	10
7	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»	5
8	<b>Выполнение практических заданий:</b> Зачетные прокаты соревновательных программ (элементов, танцев) в изучаемом виде фигурного катания. (Танцы на льду): - <i>Forteenstep</i> - <i>Kilian</i> - <i>Quikstep</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках) для обучающихся института спорта и физического воспитания, 5 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профилю «Спортивная подготовка», заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр

Форма промежуточной аттестации: 10 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>ЭССЕ по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»</i>	5
2	<i>Творческое задание по теме 1.2. «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в синхронном фигурном катании на коньках»</i>	5
3	<b>Репродуктивные задания по теме 2.5.</b> <i>«Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>	5
4	<b>Контрольная работа по теме 2.5.</b> <i>«Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>	5
5	<b>Деловая игра. (Ролевая игра) по теме 2.5.</b> <i>«Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»</i>	10
6	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> <i>«Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств»</i> <b>по теме 3.2.</b> <i>«Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»</i>	5
7	<b>Творческое задание по теме 3.1.</b> <i>"Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств"</i> <b>и теме 3.2.</b> <i>«Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках».</i>	10
8	<b>Круглый стол по теме 3.1.</b> <i>«Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств», 3.2.</i> <i>«Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках»</i>	5
9	<b>Творческое задание по теме 3.1:</b> <i>"Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "</i>	10

10	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3.</b> «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»	5
11	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
12	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
13	Посещение занятий	10
	<b>Экзамен</b>	<b>15</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<b>Контрольная работа по теме 3.1.</b> «Оценка индивидуального уровня развития двигательных качеств» <b>по теме 3.2.</b> «Совершенствование общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.»	5
5	<b>Творческое задание по теме :</b> "Тестирование спортсменов на этапах ТЭ; НП по новым Федеральным стандартам "	10
7	<b>Контрольная работа по теме 2.5.</b> «Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов-стажеров»	5
9	<b>Репродуктивное задание по теме 4.1.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
10	<b>Контрольная работа по теме 4.2.</b> «Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания»	5
11	<b>ЭССЕ по теме 1.2.</b> «Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках»	5
13	<b>Разноуровневые задачи и задания по теме 3.3.</b> «Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

##### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,  
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(фигурное катание на коньках)»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

**2.Семестры освоения дисциплины (модуля):** 1-8 очная, 1-10 семестр заочная

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** целью освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (фигурное катание на коньках)» является подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в фигурном катании на коньках, способных к принятию самостоятельных, творческих решений воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли; готовых к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных фигуристов, а также проведению физкультурно-массовой работы с использованием фигурного катания на коньках для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, владеющих практическими умениями и навыками исполнения основных элементов, судейства, а также организации и проведения соревнований по фигурному катанию на коньках.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	наименование
1	2
ОПК-2	Уметь: - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов
	Владеть: - навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.

<i>ОПК-3</i>	Уметь: - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.
<i>ОПК-5</i>	Уметь: осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности
	Владеть: навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев
<i>ОПК-8</i>	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; (одиночное катание)
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований (парное катание, танцы на льду, синхронное катание);
	Владеть: - умением осуществлять объективное судейство соревнований (одиночное, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)
<i>ПК-10</i>	Уметь: - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.
	Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.
<i>ПК-11</i>	Уметь: - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).
	Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.
<i>ПК-14</i>	Уметь: - в соответствии с особенностями фигурного катания на коньках демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства

	<p>выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание)</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание);</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>
<i>ПК-15</i>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности.</li> </ul>

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля)

### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	Раздел 1. <b>ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ</b>			<b>110</b>	<b>169</b>		
<b>2</b>	1.1. Основы владения базовыми элементами в избранном виде фигурного катания на коньках: - одиночном катании; - парном катании; - спортивных танцах; синхронном катании.	I		10	25		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		8	30		
<b>3</b>	1.2. Совершенствование уровня индивидуального мастерства и надежности исполнения соревновательных программ в избранном виде фигурного катания на коньках.	I		10	25		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		6	20		
<b>4</b>	1.3. Совершенствование компонентов соревновательных программ в избранном виде фигурного катания.	I		10	28		
		III		10	5		
		V		10	2		
		VII		6	20		
<b>5</b>	Раздел 2. <b>ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ</b>			<b>56</b>	<b>138</b>		
<b>6</b>	2.1. Судейство соревнований в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках.	II		20	60		
<b>7</b>	2.2. Судейство соревнований по одиночному и парному катанию в качестве судьи-стажера; судьи, ассистента рефери, оператора ввода.	IV		16	12		
<b>8</b>	2.3. Судейство соревнований по спортивным танцам на льду в качестве судьи-стажера; судьи; технического специалиста; технического контролера; ассистента рефери; рефери;	VI		6	2		
<b>9</b>	2.4. Судейство соревнований по синхронному катанию в качестве судьи-стажера; судьи; технического	VII		10	62		



	специалиста-стажера; ассистентов рефери; операторов ввода.						
10	2.5. Организация спортивных праздников и судейство соревнований по массовым разрядам и по специальным программам.	VI		4	2		
11	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.			<b>46</b>	<b>97</b>		
12	3.1. Совершенствование индивидуального уровня общей и специальной физической подготовленности с учетом специфики избранного вида фигурного катания на коньках.	II		10	27		
		IV		6	10		
		VIII		6	20		
13	3.2. Оценка уровня физической и технической подготовленности занимающихся.	VI		10			
		VIII		6	20		
14	3.3. Оценка уровня функциональной подготовленности занимающихся.	VIII		8	20		
15	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА			<b>24</b>	<b>30</b>		
16	4.1. Планирование и проведение учебных занятий с учетом особенностей занимающихся на основе требований образовательных стандартов	IV		4	10		
17	4.2. Методика перспективного, текущего и оперативного планирования учебно-тренировочного процесса в избранном виде фигурного катания.	VI		10	2		
18	4.3. Процедура разработки и утверждения индивидуальных планов (для членов сборной команды России).	VIII		10	18		
19	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ			<b>4</b>	<b>10</b>		
20	5.1. Современные методики по определению антропометрических, физических и психологических особенностей занимающихся	IV		4	10		
21	Экзамен	II				9	Экзамен
		IV				9	Экзамен
		VI				9	Экзамен
		VIII				9	Экзамен
22	<b>Итого часов:</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

## Заочная форма обучения

№	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ НА КОНЬКАХ	I II V VII IX		54	262		
2	Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА КОНЬКАХ	III VI VIII X		20	136		
3	Раздел 3. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ.	IV VI VIII X		18	130		
4	Раздел 4. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ.	VI VIII X		6	39		
5	РАЗДЕЛ 5. ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ	VI		2	8		
6	Экзамен	II IV VI VI II X				9 9 9 9 9	Экзамен Экзамен Экзамен Экзамен Экзамен
7	<b>Итого часов:</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра методики комплексных форм физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ОД.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (теория и методика физкультурно-  
оздоровительной деятельности и фитнеса)**

Направление подготовки: **49.03.01 – «Физическая культура»**

Направленность (профиль): **«Спортивная подготовка»**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 55 от «28» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Методики комплексных форм физической культуры  
Протокол № 28 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Методики комплексных форм физической культуры  
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Методики комплексных форм физической культуры  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Методики комплексных форм физической культуры  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Гониянц Степан Александрович (общая редакция) – к.п.н., профессор, зав.  
кафедрой МКФФК

Сиднева Лариса Валентиновна – к.п.н., доцент кафедры МКФФК;

Резенова Мария Владимировна – преподаватель кафедры МКФФК;

Рецензент:

Вовк С.И., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой Теоретико-методических  
основ физической культуры и спорта

### **1. Цель освоения дисциплины**

Цель дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» совершенствование профессионально-практической подготовленности студентов, преимущественно на модели одного из видов физкультурно-спортивной деятельности, включенного в учебный план, а также повысить уровень физического состояния студента.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» по профилю «Спортивная подготовка» относится к вариативной части ОПОП по направлению 49.03.01 – «Физическая культура».

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» реализуется параллельно с дисциплинами «Теория и методика физической культуры» и «Теория и методика избранного вида спорта», органично дополняя и расширяя их, а также параллельно с педагогической практикой.

### **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр ко	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер)
---------	---	---------------------------------------

	«Спортивно-педагогическое совершенствование»	семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения ускоренное обучение
1	2	3	4	5
<b>ОПК-2</b>	<b>Знать:</b> - термины, понятия, принципы, закономерности и др. отправные положения в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-8</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - демонстрировать упражнений, комплексы и комбинации по различным направлениям фитнеса	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать, анализировать и оценивать качество выполнения упражнений, комплексы и комбинации по различным направлениям фитнеса	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ОПК-3</b>	<b>Знать:</b> - морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - демонстрировать выполнение упражнений, входящих в фитнес программы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать, анализировать и оценивать качество упражнений входящих в фитнес программы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ОПК-5</b>	<b>Знать:</b> - морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать, анализировать и оценивать качество упражнений входящих в фитнес программы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ОПК-8</b>	<b>Знать:</b> - закономерности отправных положений проведения спортивно массовых мероприятий в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - формулировать конкретные цели и задачи по проведению спортивно массовых мероприятий в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>

	<b>Владеть:</b> -организовывать и проводить спортивно массовые мероприятия в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-10</b>	<b>Знать:</b> - морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать, анализировать и оценивать качество упражнений входящих в фитнес программы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-11</b>	<b>Знать:</b> - особенности определения цели и задач занятий с использованием различных средств и техники владения упражнениями в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - формулировать конкретные цели и задачи обучения движениям по различным направлениям в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать упражнения, комплексы и комбинации фитнес направлений	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-14</b>	<b>Знать:</b> - особенности определения цели и задач занятий с использованием различных средств и техники владения упражнениями в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - формулировать конкретные цели и задачи обучения движениям по различным направлениям в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать упражнения, комплексы и комбинации фитнес направлений	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-15</b>	<b>Знать:</b> - морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> - использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям в фитнесе	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> - демонстрировать, анализировать и оценивать качество упражнений входящих в фитнес программы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>

#### **4. Структура и содержание дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет **720 академических часов 20 зачетных единиц**

**Очная форма обучения**

# 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>1</b>					
1.1.	Упражнения без предметов	1		8	15		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	1		4	20		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	1		8	16		
1.4	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	1		6	13		
1.5.	Упражнения без предметов	1		4	14		
	Итого			30	78		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>2</b>					
2.1.	Базовые шаги	2		6	15		
2.2.	Базовые упражнения руками	2		6	15		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	2		8	20		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>2</b>		<b>5</b>	<b>20</b>		



3.1.	Хореография в классической аэробике	2		5	17		
	Итого 2 семестр			30	87		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

## 2 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>3</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	3		2	5		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	5		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	3		2	5		
1.4	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	3		4	5		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>3</b>		<b>10</b>	<b>5</b>		
2.1.	Структура, техника и методика проведения	3		10	8		

	групповых занятий танцевальной направленности						
	Итого за 3 семестр			30	33		
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>4</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	4		10	8		
3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	4		10	8		
<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>4</b>					
	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	4		10	8		
	Итого за 4 семестр			30	24		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

### 3 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>5</b>					
1.1.	Групповые занятия силовой направленности	5		10	8		

	с использованием различного инвентаря и оборудования						
1.2.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	5		10	8		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>5</b>					
2.1.	Упражнения на координацию	5		10	8		
	Итого за 5 семестр			30	24		
2.2.	Упражнения в падении	6		4	4		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте и мини-батуте</b>	<b>6</b>					
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	6		4	4		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>6</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	6		4	4		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	6		4	4		
4.3.	Технология обучения на упражнениям на интегральных тренажерах	6		4	6		
4.4.	Технология обучения на упражнениям на универсальных тренажерах	6		4	6		
4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на	6		6	5		

	тренажерных устройств						
	Итого за 6 семестр			30	33		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

#### 4 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые Занятия с использованием единоборств (MartialArts)</b>	<b>7</b>					
1.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	7		10	16		
1.2.	Обучение технике различных единоборств	7		2	5		
<b>2.</b>	<b>Оздоровительная система «Изотон»</b>	<b>7</b>					
2.2.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	7		6	20		
<b>3.</b>	<b>Pilates</b>	<b>7</b>					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	7		6	34		
<b>4.</b>	<b>TRX-ST, CROSS CORE - 180</b>	<b>7</b>					
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	7		6	34		
	Итого за 7 семестр			30	105		
<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>8</b>					

5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	8		4	10		
<b>6.</b>	<b>Китайская Гимнастика «Тай-Чи»</b>	<b>8</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»)	8		6	15		
<b>7.</b>	<b>Гимнастика Хатха-Йога</b>	<b>8</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	8		10	15		
<b>8.</b>	<b>Аква-фитнес</b>	<b>8</b>					
8.1.	Структура занятия аква-аэробикой	8		8	10		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике	8		2	10		
	Итого за 8 семестр			30	60		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная форма обучения

### 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>1</b>					

1.1.	Упражнения без предметов	1		2	36		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	1		4	40		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	1		4	40		
<b>Итого за год:</b>				<b>10</b>	<b>116</b>		

## 2курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>3</b>					
1.1.	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	3		4	20		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>3</b>					
2.1.	Базовые шаги	3		6	37		
2.2.	Базовые упражнения руками	3			15		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	4		4	15		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>4</b>					

3.1.	Хореография в классической аэробике	4		6	28		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

### 3 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>5</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	5		2	10		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	5		2	10		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	5			10		
1.4.	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	5		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>5</b>					
2.1.	Структура, техника и методика проведения	5		2	10		

	групповых занятий танцевальной направленности						
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>5</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	5		2	7		
3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	6		2	20		
<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>6</b>					
4.1.	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	6		4	20		
<b>5.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>6</b>					
5.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	6		4	18		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

#### 4 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	



<b>1.</b>	<b>Занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>7</b>					
1.1.	Групповые занятия силовой направленности с использованием различного инвентаря и оборудования	7		2	30		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>7</b>					
2.1.	Упражнения на координацию	7			8		
2.2.	Упражнения в падении	7			8		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте и мини-батуте</b>	<b>7</b>					
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	7		2	8		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>7</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	7		2	6		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	8		2	8		
4.3.	Технология обучения на упражнениям на интегральных тренажерах	8			8		
4.4.	Технология обучения на упражнениям универсальных тренажерах	8		2	8		

4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах	8		2	6		
<b>5.</b>	<b>Групповые занятия с использованием единоборств (martialarts)</b>	<b>8</b>					
5.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	8		2	15		
5.2.	Обучение технике различных единоборств	8			16		
<b>Итого за год:</b>				<b>14</b>	<b>121</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### 5 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые занятия с использованием единоборств (martialarts)</b>	<b>9</b>					
1.1.	Обучение технике различных единоборств	9		2	20		
<b>2.</b>	<b>Оздоровительная система «ИЗОТОН»</b>	<b>9</b>					
2.1.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	9		2	10		
<b>3.</b>	<b>PILATES</b>	<b>9</b>					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	9		4	15		
<b>4.</b>	<b>TRX-ST, CROSS CORE -</b>	<b>9</b>					

	<b>180</b>						
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	9		2	15		
<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>10</b>					
5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	10		2	10		
<b>6.</b>	<b>Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»</b>	<b>10</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»)	10		2	10		
<b>7.</b>	<b>Гимнастика ХАТХА-ЙОГА</b>	<b>10</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	10		2	30		
<b>8.</b>	<b>АКВА-ФИТНЕС</b>	<b>10</b>					
8.1.	Структура занятия аквааэробикой	10		2	10		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике			2	13		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная ускоренная форма обучения

### 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	-------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельна я работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>2</b>					
1.1.	Упражнения без предметов	2		2	10		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	2			10		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	2		2	10		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>2</b>					
2.1.	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	2		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>2</b>					
2.1.	Базовые шаги	2		2	20		
2.2.	Базовые упражнения руками	2			20		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	2			10		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>2</b>					
3.1.	Хореография в классической аэробике	2		2	7		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

2 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>3</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	3		2	5		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	5		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	3		2	10		
1.4.	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>3</b>					
2.1.	Структура, техника и методика проведения групповых занятий танцевальной направленности	3		2	10		
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>4</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	4		4	10		

3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	4		4	20		
<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>4</b>					
4.1.	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	4		2	27		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

### 3 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>5</b>					
1.1.	Групповые занятия силовой направленности с использованием различного инвентаря и оборудования	5		4	10		
1.2.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	5		2	10		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>5</b>					

2.1.	Упражнения на координацию	5		2	10		
2.2.	Упражнения в падении	5			5		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте и мини-батуте</b>	<b>5</b>					
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	5		2	5		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>6</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	6		2	10		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	6		2	10		
4.3.	Технология обучения на упражнениям интегральных тренажерах	6		2	10		
4.4.	Технология обучения на упражнениям универсальных тренажерах	6		2	10		
4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах	6		2	17		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

**4 курс**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые Занятия с использованием единоборств (MartialArts)</b>	<b>7</b>					
1.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	7			20		
1.2.	Обучение технике различных единоборств	7			20		
<b>2.</b>	<b>Оздоровительная система «Изотон»</b>	<b>7</b>					
2.2.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	7			40		
<b>3.</b>	<b>Pilates</b>	<b>7</b>					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	7		2	40		
<b>4.</b>	<b>TRX-ST, CROSS CORE - 180</b>	<b>7</b>					
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	7		2	40		
<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>7</b>					
5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	7		2	40		
<b>6.</b>	<b>Китайская Гимнастика «Тай-Чи»</b>	<b>7</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»	7		2	40		



<b>7.</b>	<b>Гимнастика Хатха-Йога</b>	<b>7</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	7			40		
<b>8.</b>	<b>Аква-аэробика</b>	<b>7</b>					
8.1.	Структура занятия аква-аэробикой	7			30		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике	7		2	31		
<b>Итого за год:</b>				<b>10</b>	<b>341</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Примерный перечень контрольных вопросов к экзаменам**

#### **1 курс**

1. Какие существуют способы проведения комплекса общеразвивающих упражнений.
2. Опишите порядок подачи команд, размещение занимающихся на площадке и поведение преподавателя.
3. Какие особенности составления комплексов ОРУ различной длительностью 10-12 минут по типу утренней гимнастики.
4. . Классифицируйте упражнения выполняемые в партете.

5. Классифицируйте упражнения с мячом и их терминологию.
6. Классифицируйте упражнения с гимнастической палкой. Опишите специфику исходных положений и терминологию.
7. Охарактеризуйте упражнения с обручем. Опишите техническую характеристику предмета и классифицируйте упражнения.
8. Пр продемонстрируйте различные виды бега и прыжков на месте и с небольшими перемещениями. Сочетания беговых и прыжковых упражнений.
9. Пр продемонстрируйте упражнения для мышц шеи (наклоны, повороты и круговые движения).
10. Пр продемонстрируйте упражнения для рук и плечевого пояса (локальные движения пальцами, круговые вращения, скрестные движения рук и их комплексирование).
11. Пр продемонстрируйте движения для туловища и ног (прогибы в грудном отделе позвоночника, наклоны туловищем, махи ногами и комплексирование движений туловищем и ногами с движениями рук, плеч и головы).
12. Пр продемонстрируйте упражнения со скакалкой (короткой и длинной). Опишите особенности методики.
13. Составьте комплекс упражнений с предметами.
14. Пр продемонстрируйте упражнения на развитие гибкости (статические и динамические).
15. Опишите технику выполнения движений в классической аэробике.
16. Раскройте методы разучивания комбинаций в классической аэробике (линейный, добавлений и соединений).
17. Пр продемонстрируйте базовые шаги классической аэробики.
18. Пр продемонстрируйте базовые движения руками в классической аэробике.
19. Сформулировать основные положения о проведении спортивно-массовых мероприятий по классической аэробике.

## 2 курс

1. Охарактеризуйте понятия: ритм, метр, темп, метрические акценты, такты.
2. Охарактеризуйте понятия: сильные, слабые доли такта, затакт. Такты двухдольные и трехдольные.
3. Охарактеризуйте понятие размер музыкального произведения.
4. Охарактеризуйте понятие структура музыкального произведения.
5. Продемонстрируйте выполнение комбинации классической аэробики под музыкальное сопровождение.
6. Охарактеризуйте структуру, технику и методику проведения групповых занятий танцевальной направленности.
7. Продемонстрируйте технику выполнения движений в групповых занятиях фитнес-клуба bodybalet
8. Классифицируйте движения bodybalet
9. Раскройте методику проведения групповых занятий в фитнес клубе bodybalet
- 10.Классифицируйте шаги и базовые движения латина, клубный танец и танец живота.
- 11.Продемонстрируйте комбинацию из базовых движений латина.
- 12.Классифицируйте шаги и базовые движения в хип-хоп, рагга и джаз-модерн
- 13.Раскройте особенности методики проведения групповых занятий в фитнес клубе танцевальной направленности.
- 14.Опишите структуру групповых занятий в фитнес клубе степ-аэробикой.
- 15.Продемонстрируйте технику выполнения базовых шагов в степ-аэробике.
- 16.Классифицируйте базовые шаги в степ-аэробике.
- 17.Опишите правила работы со степ-платформой.
- 18.Составьте комбинацию степ-аэробики на 32 счета (4-восьмерки) музыкальный квадрат.
- 19.Охарактеризуйте групповые занятия в фитнес клубе на развитие функции равновесия.

20.Продемонстрируйте технику выполнения упражнений на балансировочной подушке AIREX.

21.Сформулировать основные положения о проведении спортивно-массовых мероприятий по степ-аэробике.

### 3 курс

1. Охарактеризуйте групповые занятия силовой направленности в фитнесе.
2. Опишите каталоги упражнений: для мышц брюшного пресса, для верхнего плечевого пояса, для мышц спины и для мышц таза и ног.
3. Опишите групповые занятия в фитнес клубе с гантелями.
4. Опишите групповые занятия в фитнес клубе с различного вида эспандерами.
5. Опишите групповые занятия в фитнес клубе с bodybar
6. Опишите групповые занятия в фитнес клубе с rump
7. Опишите групповые занятия в фитнес клубе с bosu
8. Продемонстрируйте групповое комплексное занятие в фитнес клубе силовой направленности без оборудования.
9. Продемонстрируйте групповое комплексное занятие в фитнес клубе силовой направленности с оборудованием.
- 10.Продемонстрируйте технику выполнения упражнений силовой направленности.
- 11.Продемонстрируйте технику выполнения упражнений на fitball
- 12.Раскройте особенности обучения техники безопасных падений.
- 13.Опишите упражнения на дифференцировку пространственно-динамических, временных характеристик движения.
- 14.Продемонстрируйте базовые упражнения акробатического характера.
- 15.Продемонстрируйте комплексирование разнонаправленных кувырков с ходьбой, бегом и вращательно-равновесными упражнениями.
- 16.Продемонстрируйте падение вперед из различных положений тела.

- 17.Продемонстрируйте выполнение простейших акробатических элементов на мини-батуте.
- 18.Раскройте последовательность обучения прыжков на мини-батуте по степени сложности.
- 19.Раскройте методику комплексирования упражнений на мини-батуте с другими упражнениями.
- 20.Раскройте меры безопасности и профилактики травматизма при проведении занятий с использованием тренажеров.
- 21.Раскройте практико-методические приемы и способы соблюдения тренировочных принципов.
- 22.Раскройте правила построения тренировочных программ на тренажерах и тренажерных устройствах.
- 23.Охарактеризуйте элементарные тренажерные устройства.
- 24.Продемонстрируйте практико-методическое занятие в тренажерном зале по типу круговая тренировка.
- 25.Охарактеризуйте интегральные тренажерные устройства.
- 26.Опишите структуру и содержание отдельных частей занятий на интегральных тренажерных устройствах.
- 27.Продемонстрируйте технику движений на велотренажерах (Spinning) в фитнесе.
- 28.Охарактеризуйте универсальные тренажерные устройства.
- 29.Раскройте планирование силовой тренировки на тренажерных устройствах.
- 30.Раскройте методику «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах.
- 31.Раскройте практико-методические приемы, способы дозирования силовых нагрузок при воспитании силовых возможностей на увеличение мышечной массы.
- 32.Раскройте приемы, способы и технологию комплексирования силовой тренировки на тренажерных устройствах с упражнениями на гибкость.

33. Сформулировать основные положения о проведении спортивно-массовых мероприятий по групповым занятиям силовой направленности в фитнесе.

#### 4 курс

1. Характеристика MartialArts как вида физкультурно-оздоровительной деятельности и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение MartialArts.
3. Место MartialArts и его видов в массовых формах физической культуры.
4. Предмет и задачи обучения в MartialArts.
5. Раскройте способы планирования групповых занятий в фитнес клубе MartialArts в зависимости от количества занимающихся, пола, уровня подготовленности и времени занятий.
6. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений ногами MartialArts на групповых занятиях в фитнес клубе.
7. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений руками на групповых занятиях MartialArts в фитнес клубе.
8. Раскройте внешние и внутренние факторы травматизма.
9. Характеристика оздоровительной системы физических упражнений «Изотон» как вида физкультурно-оздоровительной деятельности и средства разносторонней физической подготовки.
10. Прикладное и воспитательное значение системы «Изотон»
11. Место системы «Изотон» и ее видов в массовых формах физической культуры.
12. Предмет и задачи обучения системы «Изотон».
13. Характеристика оздоровительной системы физических упражнений «Pilates» как вида физкультурно-оздоровительной деятельности и средства разносторонней физической подготовки.
14. Прикладное и воспитательное значение системы «Pilates»
15. Место системы «Pilates» и ее видов в массовых формах физической культуры.

16. Предмет и задачи обучения системы «Pilates».
17. Раскройте практико-методическую характеристику и особенности системы «Pilates».
18. Продемонстрируйте технику выполнения базовых упражнений «Pilates».
19. Раскройте санитарно-гигиенические требования к тренажерным комплексам.
20. Возникновение TRX-ST, CROSSCORE – 180 оборудования.
21. Этапы развития TRX-ST, CROSSCORE – 180 оборудования в нашей стране.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам занятий TRX-ST, CROSSCORE – 180 оборудования.
23. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений ногами TRX-ST, CROSSCORE – 180 оборудования.
24. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений руками TRX-ST, CROSSCORE – 180 оборудования.
25. Продемонстрируйте упражнения, приемы, способы использования Cross –Core 180 в оздоровительной тренировке.
26. Раскройте внешние и внутренние факторы травматизма.
27. Предмет и задачи обучения авторским дыхательным гимнастикам.
28. Раскройте способы планирования групповых занятий в фитнес клубе дыхательными гимнастиками в зависимости от количества занимающихся, пола, уровня подготовленности и времени занятий.
29. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений авторских дыхательных гимнастик.
30. Предмет и задачи обучения авторским дыхательным гимнастикам.
31. Раскройте основные компоненты обучения технике дыхательной гимнастики.
32. Раскройте способы планирования групповых занятий в фитнес клубе дыхательными гимнастиками в зависимости от количества занимающихся, пола, уровня подготовленности и времени занятий.

33. Продемонстрируйте технику выполнения базовых движений авторских дыхательных гимнастик.
34. Какие средства «тай-чи» используются в релаксационной тренировке.
35. Классифицируйте основные асаны Хатха-Йоги.
36. Раскройте общую характеристику аква-аэробики.
37. Продемонстрируйте базовые движения аква-аэробики.
38. Раскройте способы планирования групповых занятий аква-аэробикой в зависимости от количества занимающихся, пола, уровня подготовленности и времени занятий.
39. Сформулировать основные положения о проведении спортивно-массовых мероприятий по фитнес-единоборствам.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **а) Основная литература**

1. Вела М. Атлас анатомии для силовых упражнений и фитнеса / Марк Вела. – М.: АСТ: Астрель, 2007. – 144с.
2. Методическое пособие персонального тренера в фитнесе. – М.: Академия Фитнеса.2008 - 226 с.
3. Милен Шенк Активный стретчинг. – М.: Гранд-Фаир, 2008. – 154с.
4. Сэндлер Д. Силовая тренировка. Понятие деталильные инструкции... /Дэвид Сэндлер.- М.: Астрель: АСТ, 2009- 143с.
5. Мышцы и сила: большая энциклопедия. – М.: ЭКСМО, 2010. -407 с.

### **б) Дополнительная литература**

1. Аэробика: журнал для профессиональных инструкторов / Выпуск с 1999г. по настоящее время.
2. Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе. – М.: Академия Фитнеса, 2006. – 65с.



3. Бодибилдинг для начинающих / под ред. О. Хейденштама. – М.: Гранд-Фаир, 2007. – 185 с.
4. Бурбо Л. Кардиоаэробика/ Люси Бурбо.– Ростов н/Д: Феникс, 2005.– 159с.
5. Буркова О., Лисицкая Т. Pilates. – М.: Радуга, 2005. - 207 с.
6. Детский Фитнес. – М.: Академия Фитнеса, 2006. - 151 с.
7. Казьмин, В.Д. Дыхательная гимнастика/ Серия «Панацея». - Ростов на Дону, 2000.
8. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса / Карпей Эллен. – М.: Гранд-Фаир, 2003. – 361 с.
9. Ким Н. Фитнес: учебник/ Наталья Ким, Михаил Дьяконов. – М.: Сов. Спорт, 2006. – 453 с.
10. Кочеткова И.И. Парадоксальная гимнастика Стрельниковой / Кочеткова И.И. – М.: Советский спорт, 1989. – 32 с.
11. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. 2 тома / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. - М.: Федерация аэробики России, 2002. – 450 с.
12. Лоуренс Д. Аквааэробика. Упражнения на воде /Пер. с англ. А. Озерова. – М.: Гранд-Фаир, 2000. – 255 с.: ил.
13. Майкл Дж. Алтер. Наука о гибкости. – Киев: Олимпийская литература 2001.
14. Манокия П. Анатомия упражнения. Тренер и помощник в ваших занятиях / П. Манокия (перевод с англ. Т. Платоновой). – М.: ЭКСМО, 2010. – 192 с.
15. Методика пилатес и ваше здоровье. – М.: Академия Фитнеса, 2006. - 57 с.
16. Методическое пособие по силовой тренировке в фитнесе. – М.: Академия Фитнеса, 2006. - 60 с.
17. Методическое пособие по спиннингу. – М.: Академия Фитнеса, 2006.- 15с
18. Селуянов В.Н. Основы теории оздоровительной физической культуры: учеб. пособие для ИФК / В.Н. Селуянов, Е.Б. Мякинченко. – М.: РИО РГАФК, 1994.
19. Сиднева Л.В., Гониянц С.А. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания: учебно-методическое пособие.- М.: Тривант., 2000.- 74с
20. Словарь фитнес-терминов. – М.: Академия Фитнеса, 2006. - 117 с.

21.Смирнова И.В. Бодифлекс, каланетика, пилатес – фитнес для вашего здоровья, красоты, долголетия: Ирина Смирнова, Лика Ян. – СПб.: Вектор, 2009. – 215 с.

22.Табель оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем. – М.: Советский спорт, 2004. – 304 с.

23.Френсис Лорна, Сейберт Ричард. Проведение групповых фитнес-занятий: В кн. «Инструктор групповых занятий». – М.: Коммерческие технологии, 2001. - 316 с.

24.Хоули Т. Оздоровительный фитнес: настольная книга инструктора по оздоровительному фитнесу. / Т. Хоули, Б. Френкс.- Издание: Олимпийская литература, 2000.

25.Эдвард Т. Хоули, Б.Дон Френкс Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. - Киев: Олимпийская литература, 2004. - 317с.

26.Энока Р.М. Основы кинезиологии. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [www.avrora.org-ru](http://www.avrora.org-ru)
2. [www.cityfit.ru](http://www.cityfit.ru) - Интернет-портал сети спортивных клубов «CityFitness».
3. [www.goldsgym.ru](http://www.goldsgym.ru) – Интернет-портал сети фитнес клубов «Gold Gym».
4. [www.fitlink.ru](http://www.fitlink.ru)
5. [www.fitness.ru](http://www.fitness.ru) – Интернет-портал сети фитнес клубов «Планета Фитнес».
6. [www.fitnessexpert.ru](http://www.fitnessexpert.ru) – сайт компании «Фитнес Эксперт».
7. [www.fitness-pro.ru](http://www.fitness-pro.ru) - сайт ассоциации профессионалов фитнеса.
8. [www.fitness-report.ru](http://www.fitness-report.ru) - Интернет журнал на русском языке с 2005г. по н.в.
9. [www.onfit.ru](http://www.onfit.ru) – сайт компании «ONFIT»
10. [www.orange-fit.ru/trade mark/concept/](http://www.orange-fit.ru/trade_mark/concept/) - Интернет-портал спортивных клубов «Оранже фитнес».
11. [www.strata.ru/about.php](http://www.strata.ru/about.php) - сайт компаний «Страта Партнерс»
12. [worldclass.ru/wc/russian\\_fitness\\_group.php](http://worldclass.ru/wc/russian_fitness_group.php) - сайт русской фитнес группы клубов «World Class».

13. <http://www.xfit.ru/mission> - Интернет-портал сети фитнес клубов X-Fit.

14. <http://www.world-gym.com/worldgym> - Интернет-портал международной сети фитнес клубов «WorldGym».

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

Офисный пакет приложений – Microsoft Office.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Оборудование и инвентарь для проведения практических занятий:

1. Видеоматериал методического кабинета кафедры Методики комплексных форм физической культуры
2. Коврики
3. Body bar
4. Fitball
5. Step
6. Spinning
7. TRX, Cross-Core-180
8. Гантели
9. Мини-батут
10. Резиновые амортизаторы, резиновые петли
11. Noodle
12. Плиобокс

## 13.Штанга, блины

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 1 курса направления подготовки 49.03.01 - «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка» очной/заочной и заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины: 1 - 2 семестры очная, заочная и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Разработать комплексы общеразвивающих упражнений по разделу I «Упражнения без предметов в положении стоя и лежа, упражнения для рук, плечевого пояса, туловища и ног»	7-8 неделя	10
2	Письменная работа по разделу I «Особенности методики обучения техники безопасных падений»	10-11 неделя	10
3	Разработать комплексы общеразвивающих упражнений по разделу I «Упражнения с предметами в положении стоя и лежа, упражнения для рук, плечевого пояса, туловища и ног»	14-15 неделя	15
4	Выполнение практического занятия по базовым шагам классической аэробики	29-30 неделя	10
5	Выполнение практического задания по базовым движениям руками в классической аэробике	33-34 неделя	5
6	Тестирование по теме «Подбор музыкального сопровождения занятий классической аэробикой»	33-35 неделя	10
7	Выполнение практического задания по методикам разучивания комбинаций в классической аэробике	36-37 неделя	10
8	Посещение занятий		10
9	Экзамен		20
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	неудовл.	посредств.	удовл.	хорошо	оч. хорошо	отлично

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 2 курса направления подготовки 49.03.01 - «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка» очной/заочной и заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины: 3 - 4 семестры очная, заочная и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практического занятия по базовым шагам степ аэробики	6-7 неделя	10
2	Письменная работа по разделу «Основные правила работы со степ-платформой»	8-9 неделя	5
3	Письменная работа по теме «Танцевальные направления групповых занятий в фитнесе»	01-13 неделя	10
4	Выполнение практического занятия по базовым шагам, используемым в групповых занятиях танцевальной направленности в фитнесе	24-25 неделя	15
5	Выполнение практического задания по базовым упражнениям в bodeballet и latina в фитнесе	32-34 неделя	10
6	Тестирование по теме «Виды групповых занятий в фитнесе»	35 неделя	10
7	Разработать комплекс упражнений в хип-хоп направлении	37 неделя	10
8	Посещение занятий		10
9	<b>Экзамен</b>		20
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	неудовл.	посредств.	удовл.	хорошо	оч. хорошо	отлично

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 3 курса направления подготовки 49.03.01 - «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка» очной/заочной и заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины: 5 - 6 семестры очная, заочная и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

№	Вид текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное Кол-во баллов
1	Выполнение практического занятия силовой направленности в фитнесе	2-3 неделя	5
2	Составление тренировочной программы силовой направленности в фитнесе без оборудования	5-6 неделя	10
3	Проведение занятия силовой направленности с оборудованием	7-8 неделя	5
4	Практическое занятие: техника владения безопасных падений	10-11 неделя	5
5	Выполнение письменного задания на тему «профилактика травматизма при занятиях в тренажерном зале»	12 неделя	5
6	Разработка плана тренажерного зала. Комплектация по заданию преподавателя	22 неделя	10
7	Разработка занятия на тренажерах силовой направленности	25 неделя	10
8	Разработка занятия на тренажерах «кардио» направленности	28 неделя	10
9	Разработка комплекса упражнений на растягивание при занятиях на тренажерных устройствах	35-36 неделя	10
10	Посещаемость	На протяжении семестра	10
11	Экзамен		20
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	неудовл.	посредств.	удовл.	хорошо	оч. хорошо	отлично



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 4 курса направления подготовки 49.03.01 - «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка» очной/заочной и заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: методики комплексных форм физической культуры

Сроки изучения дисциплины: 7 - 8 семестры очная, заочная и заочная ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

№	Вид текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное Кол-во баллов
1	Разработать и провести занятие с использованием единоборств (MartialArts)	4-6 неделя	5
2	Составить программу проведения занятий по оздоровительной системе физических упражнений «ИЗОТОН»	5-8 неделя	5
3	Разработать программу силовой направленности Pilates	7-10 неделя	10
4	Составить программу проведения занятий с оборудованием TRX-ST	11-14 неделя	5
5	Реферат на тему «Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики»	24-26 неделя	10
6	Разработать программу проведения занятий по гимнастике Хатха- Йога	27-29 неделя	10
7	Составить учебную программу проведения занятий по акваэробике	30-33 неделя	15
8	Посещаемость	На протяжении семестра	20/30 занятий = 1,5 балла
9	Экзамен		20
	<b>ИТОГО</b>		100 баллов

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по 5-ти бальной шкале	2		3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	неудовл.	посредств.	удовл.	хорошо	оч. хорошо	отлично

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра методики комплексных форм физической культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.В.ОД.16 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (теория и методика физкультурно-  
оздоровительной деятельности и фитнеса)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.01 – «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Спортивная подготовка»**

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015г.

Москва – 2017г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** 720 академических часов, 20 зачетных единиц.
2. **Семестры освоения дисциплины:** 1- 8 семестры очная, 2-10 семестры заочная формы и заочная ускоренная 2-8 семестры обучения
3. **Цель освоения дисциплины:** Цель дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса)» совершенствование профессионально-практической подготовленности студентов, преимущественно на модели одного из видов физкультурно-спортивной деятельности (ФСД), включенного в учебный план, а также повысить уровень физического состояния студента.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	«Спортивно-педагогическое совершенствование»	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная форма обучения ускоренная
1	2	3	4	5
ОПК-2	<b>Знать:</b> термины, понятия, принципы, закономерности и др. отправные положения физкультурно-оздоровительной деятельности	1-8	2-10	2-7
	<b>Уметь:</b> умениями практического выполнения упражнений, входящих в программы аэробики и фитнеса	1-8	2-10	2-7
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	1-8	2-10	2-7
ОПК-3	<b>Знать:</b> морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	1-8	2-10	2-7
	<b>Уметь:</b> умениями практического выполнения упражнений, входящих в программы аэробики и фитнеса	1-8	2-10	2-7
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	1-8	2-10	2-7

<b>ОПК-5</b>	<b>Знать:</b> морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с физкультурно-оздоровительной деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ОПК-8</b>	<b>Знать:</b> термины, понятия, принципы, закономерности и др. отправные положения физкультурно-оздоровительной деятельности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> формулировать конкретные цели и задачи обучения движениям различных видов и разновидностей аэробики и фитнеса	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> пользоваться специальной терминологией, профессиональной речью (команды, распоряжения и др.) и жестикующей в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-10</b>	<b>Знать:</b> морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с физкультурно-оздоровительной деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-11</b>	<b>Знать:</b> особенности определения цели и задач занятий с использованием различных средств и техники владения упражнениями из аэробики, фитнеса и тренажерного оборудования	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> формулировать конкретные цели и задачи обучения движениям различных видов и разновидностей аэробики и фитнеса	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>

<b>ПК-14</b>	<b>Знать:</b> технологии составления программ физкультурно-оздоровительных занятий по циклам различной продолжительности, методику дозированных нагрузок, учета и контроля выполняемых нагрузок, а также психофизическое состояние занимающихся, их корректировку, с преимущественным использованием средств из аэробики и фитнеса	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с физкультурно-оздоровительной деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
<b>ПК-15</b>	<b>Знать:</b> морфофункциональную направленность, содержание отдельных упражнений, комплексов, видов и разновидностей аэробики, фитнеса и тренажерных технологий	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Уметь:</b> использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с физкультурно-оздоровительной деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>
	<b>Владеть:</b> навыками конструирования (разработки) программ, режимов физкультурно-оздоровительных занятий на основе подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности	<b>1-8</b>	<b>2-10</b>	<b>2-7</b>

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

#### 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия личного	Занятия семинарского типа	Самостоятельна я работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>1</b>					
1.1.	Упражнения без предметов	1		8	15		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	1		4	20		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	1		8	16		
1.4	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	1		6	13		
1.5.	Упражнения без предметов	1		4	14		
	Итого			30	78		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>2</b>					
2.1.	Базовые шаги	2		6	15		
2.2.	Базовые упражнения руками	2		6	15		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	2		8	20		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>2</b>		<b>5</b>	<b>20</b>		
3.1.	Хореография в классической аэробике	2		5	17		
	Итого 2 семестр			30	87		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

## 2 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельна я работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>3</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	3		2	5		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	5		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	3		2	5		
1.4.	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	3		4	5		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>3</b>		<b>10</b>	<b>5</b>		
2.1.	Структура, техника и методика проведения групповых занятий танцевальной направленности	3		10	8		
	Итого за 3 семестр			30	33		
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>4</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	4		10	8		
3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	4		10	8		

<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>4</b>					
	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	4		10	8		
	Итого за 4 семестр			30	24		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

### 3 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>5</b>					
1.1.	Групповые занятия силовой направленности с использованием различного инвентаря и оборудования	5		10	8		
1.2.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	5		10	8		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>5</b>					
2.1.	Упражнения на координацию	5		10	8		
	Итого за 5 семестр			30	24		



2.2.	Упражнения в падении	6		4	4		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте и мини-батуте</b>	<b>6</b>					
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	6		4	4		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>6</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	6		4	4		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	6		4	4		
4.3.	Технология обучения упражнениям на интегральных тренажерах	6		4	6		
4.4.	Технология обучения упражнениям на универсальных тренажерах	6		4	6		
4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах	6		6	5		
	Итого за 6 семестр			30	33		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

#### 4 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	-------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые Занятия с использованием единоборств (MartialArts)</b>	<b>7</b>					
1.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	7		10	16		
1.2.	Обучение технике различных единоборств	7		2	5		
<b>2.</b>	<b>Оздоровительная система «Изотон»</b>	<b>7</b>					
2.2.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	7		6	20		
<b>3.</b>	<b>Pilates</b>	<b>7</b>					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	7		6	34		
<b>4.</b>	<b>TRX-ST, CROSS CORE - 180</b>	<b>7</b>					
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	7		6	34		
	Итого за 7 семестр			30	105		
<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>8</b>					
5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	8		4	10		
<b>6.</b>	<b>Китайская Гимнастика «Тай-Чи»</b>	<b>8</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»)	8		6	15		
<b>7.</b>	<b>Гимнастика Хатха-Йога</b>	<b>8</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	8		10	15		

<b>8.</b>	<b>Аква-фитнес</b>	<b>8</b>					
8.1.	Структура занятия аква-аэробикой	8		8	10		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике	8		2	10		
	Итого за 8 семестр			30	60		
<b>Итого за год:</b>				<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная форма обучения

### 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>1</b>					
1.1.	Упражнения без предметов	1		2	36		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	1		4	40		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	1		4	40		
<b>Итого за год:</b>				<b>10</b>	<b>116</b>		

### 2 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>3</b>					
1.1.	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	3		4	20		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>3</b>					
2.1.	Базовые шаги	3		6	37		
2.2.	Базовые упражнения руками	3			15		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	4		4	15		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>4</b>					
3.1.	Хореография в классической аэробике	4		6	28		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

**3 курс**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>5</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	5		2	10		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	5		2	10		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	5			10		
1.4.	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	5		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>5</b>					
2.1.	Структура, техника и методика проведения групповых занятий танцевальной направленности	5		2	10		
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>5</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	5		2	7		

3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	6		2	20		
<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>6</b>					
4.1.	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	6		4	20		
<b>5.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>6</b>					
5.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	6		4	18		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

#### 4 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>7</b>					

1.1.	Групповые занятия силовой направленности с использованием различного инвентаря и оборудования	7		2	30		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>7</b>					
2.1.	Упражнения на координацию	7			8		
2.2.	Упражнения в падении	7			8		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте и мини-батуте</b>	<b>7</b>					
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	7		2	8		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>7</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	7		2	6		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	8		2	8		
4.3.	Технология обучения на упражнениям на интегральных тренажерах	8			8		
4.4.	Технология обучения на упражнениям на универсальных тренажерах	8		2	8		
4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах	8		2	6		

5.	Групповые занятия с использованием единоборств (martialarts)	8					
5.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	8		2	15		
5.2.	Обучение технике различных единоборств	8			16		
<b>Итого за год:</b>				<b>14</b>	<b>121</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### 5 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Групповые занятия с использованием единоборств (martialarts)	9					
1.1.	Обучение технике различных единоборств	9		2	20		
2.	Оздоровительная система «ИЗОТОН»	9					
2.1.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	9		2	10		
3.	PILATES	9					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	9		4	15		
4.	TRX-ST, CROSS CORE - 180	9					
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	9		2	15		



<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>10</b>					
5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	10		2	10		
<b>6.</b>	<b>Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»</b>	<b>10</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»)	10		2	10		
<b>7.</b>	<b>Гимнастика ХАТХА-ЙОГА</b>	<b>10</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	10		2	30		
<b>8.</b>	<b>АКВА-ФИТНЕС</b>	<b>10</b>					
8.1.	Структура занятия аквааэробикой	10		2	10		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике			2	13		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная ускоренная форма обучения

### 1 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Особенности обучения комплексам общеразвивающих	2					

	<b>упражнений</b>						
1.1.	Упражнения без предметов	2		2	10		
1.2.	Комплексирование упражнений без предметов	2			10		
1.3.	Упражнения и комплексы с предметами	2		2	10		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения комплексам общеразвивающих упражнений</b>	<b>2</b>					
2.1.	Особенности воспитания гибкости (стретчинг)	2		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия классической аэробикой</b>	<b>2</b>					
2.1.	Базовые шаги	2		2	20		
2.2.	Базовые упражнения руками	2			20		
2.3.	Практическое освоение основных движений и комплекс упражнений классической аэробики	2			10		
<b>3.</b>	<b>Хореография в процессе обучения упражнениям, комплексам и комбинациям в классической аэробике</b>	<b>2</b>					
3.1.	Хореография в классической аэробике	2		2	7		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

## 2 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	-------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельна я работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Практика в подборе музыкального сопровождения занятий</b>	<b>3</b>					
1.1.	Практическое освоение элементов музыкальной грамоты	3		2	5		
1.2.	Практическое освоение различных видов упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	5		
1.3.	Практика в освоении музыкального сопровождения занятий оздоровительной аэробикой	3		2	10		
1.4.	Методика проведения гимнастических упражнений под музыкальное сопровождение	3		2	10		
<b>2.</b>	<b>Групповые занятия танцевальной направленности</b>	<b>3</b>					
2.1.	Структура, техника и методика проведения групповых занятий танцевальной направленности	3		2	10		
<b>3.</b>	<b>Групповые занятия степ-аэробикой</b>	<b>4</b>					
3.1.	Содержание и структура занятия	4		4	10		
3.2.	Методика обучения шагам и комбинациям в степ-аэробике с музыкальным сопровождением	4		4	20		

<b>4.</b>	<b>Групповые занятия для развития функции равновесия</b>	<b>4</b>					
4.1.	Групповые занятия для развития функции равновесия на балансировочной подушке AIREX	4		2	27		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

### 3 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые занятия силовой направленности в оздоровительном фитнесе</b>	<b>5</b>					
1.1.	Групповые занятия силовой направленности с использованием различного инвентаря и оборудования	5		4	10		
1.2.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе с использованием Fitball	5		2	10		
<b>2.</b>	<b>Особенности обучения технике безопасных падений</b>	<b>5</b>					
2.1.	Упражнения на координацию	5		2	10		
2.2.	Упражнения в падении	5			5		
<b>3.</b>	<b>Упражнения на батуте</b>	<b>5</b>					

	<b>и мини-батуте</b>						
3.1.	Упражнения на батуте: начальная подготовка	5		2	5		
<b>4.</b>	<b>Тренажерные технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности и фитнеса</b>	<b>6</b>					
4.1.	Практико-методический аспект реализации тренировочных принципов, используемых в тренажерных технологиях	6		2	10		
4.2.	Классификация и техника выполнения упражнений на элементарных тренажерах	6		2	10		
4.3.	Технология обучения на упражнениям интегральных тренажерах	6		2	10		
4.4.	Технология обучения на упражнениям универсальных тренажерах	6		2	10		
4.5.	Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах	6		2	17		
<b>Итого за год:</b>				<b>20</b>	<b>97</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

#### 4 курс

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	-------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельна я работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Групповые Занятия с использованием единоборств (MartialArts)</b>	<b>7</b>					
1.1.	Структура занятия с использованием единоборств (MartialArts)	7			20		
1.2.	Обучение технике различных единоборств	7			20		
<b>2.</b>	<b>Оздоровительная система «Изотон»</b>	<b>7</b>					
2.2.	Оздоровительная система физических упражнений «ИЗОТОН»	7			40		
<b>3.</b>	<b>Pilates</b>	<b>7</b>					
3.1.	Групповые занятия силовой направленности в фитнесе Pilates	7		2	40		
<b>4.</b>	<b>TRX-ST, CROSS CORE - 180</b>	<b>7</b>					
4.1.	Особенности методики обучения базовым упражнениям TRX-ST	7		2	40		
<b>5.</b>	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>7</b>					
5.1.	Распространённые отечественные виды дыхательной гимнастики	7		2	40		
<b>6.</b>	<b>Китайская Гимнастика «Тай-Чи»</b>	<b>7</b>					
6.1.	Китайская гимнастика «ТАЙ-ЧИ»	7		2	40		
<b>7.</b>	<b>Гимнастика Хатха-Йога</b>	<b>7</b>					
7.1.	Структура, основы методики занятия хатха-йогой	7			40		
<b>8.</b>	<b>Аква-аэробика</b>	<b>7</b>					

8.1.	Структура занятия аква-аэробикой	7			30		
8.2.	Особенности методики обучения базовой технике, комбинациям упражнений избирательной направленности в аквааэробике	7		2	31		
<b>Итого за год:</b>				<b>10</b>	<b>341</b>	<b>9</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики футбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде  
спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная ускоренная*  
Год набора 2015г.

Москва – 2017г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
 Экспертно-методическим советом  
 Института спорта и физического воспитания\_  
 Протокол № 29 от «02» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
 на основании решения заседания кафедры  
 Теории и методики футбола  
 (наименование)  
 Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
 на основании решения заседания кафедры  
 Теории и методики футбола  
 (наименование)  
 Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
 на основании решения заседания кафедры  
 \_\_\_\_\_  
 (наименование)  
 Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент  
 кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»; –Шадрин Александр  
 Сергеевич сраший преподаватель кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО  
 «РГУФКСМиТ», Орлов Алексей Викторович– кандидат педагогических  
 наук, доцент кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
 (ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»** – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области футбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине(модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

<b>ОПК-2</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах футбола;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах футбола.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</li> </ul>	3-4		
<b>ОПК-3</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul>	5-6		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-5</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы правильной техники выполнения основных технических элементов в футболе</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать технику выполнения упражнений в видах футбола</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать тактику в видах футбола.</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах футбола.</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе футбола.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции судей хронометристов</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
<b>ПК-11</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапемноголетней подготовки в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в современном пятиборье</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-14</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть техникой видов футбола</li> </ul>	1-2		

	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий	5-6		
<b>ПК-15</b>	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»

##### 4.1 Заочная ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часа, самостоятельная работа студентов – 604 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	6	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	54		
2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу	V	6	38		

2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу	V	6	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	10	78		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	16	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	6	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	16	78		
	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	8	82		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:**

**Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов I курса**

1. Владеть методиками оценки уровня развития физических качеств у футболистов.
2. Особенности физической подготовки вратаря.
3. Особенности современной техники и её значение для роста спортивного мастерства.
4. Кинематические и динамические характеристики.
5. Фазовая структура удара.
6. Качественные критерии эффективности техники.
7. Провести анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне с использованием видеозаписей игр ведущих команд мира.
8. Показать значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.

9. Овладеть основными методами обучения.
10. Провести учёт индивидуальных особенностей занимающихся (группы студентов) при обучении основным приёмам техники.
11. Освоение частных методик обучения различным приёмам техники.
12. Определить типичные ошибки при выполнении начинающими футболистами отдельных технических приёмов и способы их исправления.
13. Составление текущего плана учебно-тренировочной и воспитательной работы с детьми по месту жительства.
14. Составление плана-конспекта для проведения урока по футболу с группой начальной подготовки.
15. Последние изменения правил игры.
16. Материалы международного судейского комитета по уточнению толкования отдельных пунктов правил и методике судейства.

### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса**

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Раскройте понятия и классификацию техники футбола, структуру технического приема. Признаки классификации.
4. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
5. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность ударов по мячу.
6. Раскройте понятия и классификацию тактики футбола.
7. Покажите тактические варианты организации атаки - выход из зоны защиты.
8. Покажите тактические варианты завершающей фазы быстрого нападения.
9. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
10. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном футболе.



11. Раскройте принципы командных оборонительных действий футболистов.
12. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 5-4-1.
13. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 3-4-3.
14. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения футболистов технико-тактическим приемам игры.
15. Владеть следующими профессиональными навыками:
  - знание правил игры и умение реализовать их в судействе;
  - подготовка документов проведения соревнований;
  - подбор и методика проведения тренировочных упражнений по общей физической подготовке;
  - проведение подготовительной части урока.
16. Выполнить требования по физической, технической и тактической подготовленности:
  - владение техникой выполнения основных игровых приёмов: способов передвижения, приёмов владения мячом (ведение, удары, остановки и отбор мяча);
  - выполнение нормативных требований по физической и технико-тактической подготовленности;
  - участие в педагогических наблюдениях по анализу соревновательной и тренировочной деятельности футболистов;
  - участие в тестирующих процедурах по оценке физической и технико-тактической подготовленности.

### **Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса**

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.

5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в футбол.
9. Организационно-методические формы работы с юными футболистами по месту жительства.
10. Особенности проведения массовых соревнований по футболу с юными футболистами.
11. Толкование основных параграфов правил.
12. Разработка документов планирования и проведения соревнований.

### **5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:**

#### ***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 2 курса***

1. Опишите психологические особенности игровой деятельности футболистов.
2. Сформулируйте задачи общей психологической подготовки.
3. Расскажите о формах и содержании интеллектуальной подготовки.
4. Дайте краткую характеристику фазам техники бега.
5. Каковы состав и структура движений при выполнении ударов по мячу? Сущность двигательного механизма этих приёмов.
6. Раскройте сущность командных атакующих действий. Приведите примерные схемы контратаки по фазам и позиционной атаки.
7. Каковы особенности игры в численном неравенстве? Приведите примеры игры в численном большинстве и меньшинстве.

8. Расскажите об основных средствах и методах обучения техники владения мячом и её совершенствования.
9. Раскройте сущность основных форм, средств и методов тактической подготовки.
10. Раскройте частные методики обучения различным индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в атаке и обороне.
11. Охарактеризуйте силовые качества и факторы, их определяющие.
12. Охарактеризуйте физические качества ловкости и гибкости и особенности их проявления в соревновательной деятельности.
13. Каковы задачи психологической подготовки к конкретному матчу? Укажите пути их реализации.
14. Раскройте методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 2 курса***

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с футболистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества футболистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара. Методика обучения и совершенствования.

7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
10. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
12. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловли и отбивания мяча.
13. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
14. Техника бега спиной вперед. Характеристика.
15. Скоростная подготовка в структуре тренировки футболистов.
16. Техника игры вратаря. Анализ и методика.
17. Определение и характеристика выносливости футболиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности футболиста
18. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
19. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
20. Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.

21. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
22. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
23. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
24. Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
25. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
27. Воспитание выносливости в системе тренировки футболистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годового цикла.
28. Командная тактика обороны. Характеристика, методика обучения и совершенствования оборонительных систем.
29. Характеристика ловкости, или координационных способностей футболиста. Факторы, определяющие ловкость футболиста.
30. Методика воспитания ловкости у футболистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
31. Контратаки из различных зон футбольного поля. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
32. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
33. Позиционное (постепенное) нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.

34. Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
35. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки футболиста.
36. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
37. Организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
38. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.
39. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
40. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
41. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
- обучение приёмам техники, тактики
  - выявление ошибок при выполнении технико-тактических действий и их исправление
  - овладение методикой воспитания физических качеств, составление комплексов упражнений с учётом индивидуальных особенностей занимающихся
  - составление плана-конспекта занятия и проведения учебно-тренировочного занятия
  - проведение педагогического анализа урока
  - судейство спортивных соревнований

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 2 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой дисциплины.
2. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
3. Какова фазовая структура ударов по мячу и их кинематические и динамические характеристики.
4. Охарактеризуйте основные требования к современной технике футбола.
5. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
6. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
7. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
8. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
9. Какова методика воспитания силовых и скоростных качеств, качества выносливости, гибкости, ловкости.
10. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
11. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
12. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
13. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
14. Организационно-методические работы по футболу в ВУЗах и Средне-специальных учебных учреждениях.
15. Особенности проведения внутренних соревнований среди школьников.
16. Особенности организации и проведения работы в секциях по футболу.
17. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.

### **5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:**

#### ***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 3 курса***

1. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
2. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
3. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
4. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
5. Раскройте три уровня структуры тренировочного процесса.
6. Покажите значимость и особенности проведения занятий различных видов.
7. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
8. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
9. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
10. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
11. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годичного цикла.
12. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годичного цикла.
13. Задачи, структура и содержание тренировочного процесса на соревновательных этапах в зависимости от календаря официальных соревнований.



14. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.

15. Охарактеризуйте основные направления научных исследований по футболу.

16. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

17. Охарактеризуйте систему подготовки тренерских кадров по футболу в нашей стране.

***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 3 курса***

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

2. Возрастные особенности юных футболистов 10-12 лет.

3. Особенности физической подготовки юных футболистов 13-14 лет.

4. Система многолетней подготовки юных футболистов.

5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.

6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.

7. Возрастные особенности футболистов 13-14 лет.

8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.

9. Особенности технической подготовки юных футболистов 10-12 лет.

10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.

11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных футболистов.

12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.

13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.

14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.

15. Возрастные особенности юных футболистов 15-16 лет.

16. Организация и методика проведения начального отбора.

17. Возрастные особенности футболистов 17-18 лет.

18. Особенности физической подготовки юных футболистов 10-12 лет.

19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского футбола в нашей стране.

20. Система подготовки футболистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.

21. Структура и содержание тренировочного занятия.

22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде.

Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.

23. Структура годичного цикла тренировки футболистов.

24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.

25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.

26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.

27. Особенности построения межигровых микроциклов.

28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.

29. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.

30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.

31. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.

32. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке футболистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.
41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
42. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
43. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
  - овладение методикой тренировки юных футболистов;
  - овладение основными методами отбора в команды мастеров и в сборные команды;
  - овладение методикой тренировки футболистов высокой квалификации;
  - овладение основными средствами и методами управления тренировочным процессом;

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 3 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
3. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
4. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
5. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
6. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
7. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
8. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.
9. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
10. Охарактеризуйте различные организационно-методические формы проведения занятий.
11. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
12. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
13. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
14. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
15. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.

16. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.

17. Раскройте сущность второго уровня системы подготовки футболистов.

18. Опишите схему управления тренировочным процессом.

19. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.

20. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла

21. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.

22. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.

23. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.

24. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.

26. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

27. Сбор и обработка фактического материала курсовой работы.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:**

*Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 4 курса*

1. Какие существуют виды планирования. Охарактеризуйте их. Покажите особенности составления перспективного плана.

2. В чём сущность технологии текущего планирования.

3. Приведите примерные формы и содержание оперативных планов.

4. Охарактеризуйте задачи, структуру и содержание разминки перед игрой.

5. Опишите формы, средства и методы контроля физического состояния футболиста.

6. Раскройте формы, средства и методы контроля технико-тактической подготовленности.

7. Дайте характеристику контроля соревновательной и тренировочной деятельности футболистов.

8. В чём сущность системы текущего и этапного контроля в годичном цикле тренировки футболистов.

9. Дайте примеры комплексного использования средств и методов педагогического, медико-биологического и психологического воздействия при профилактике и лечении состояний переутомления, перенапряжения и перетренированности.

10. Каковы средства и методы педагогического и психологического восстановления.

11. Сформулируйте задачи научно-методического обеспечения команды.

12. Каковы основные направления материально-технического обеспечения команды.

13. Охарактеризуйте основные методы и методики педагогических исследований.

14. Каковы задачи, организация и содержание работы комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению футбольных команд высокой квалификации.

15. Каковы методические подходы к оценке уровня подготовленности футболистов высокой квалификации.

16. Раскройте задачи, организацию и содержание текущих обследований футболистов (ТО) и обследований соревновательной деятельности футболистов (ОСД).

17. Охарактеризуйте урок – как основную форму проведения занятий по футболу. Виды уроков. Части урока и их взаимосвязь. Динамика нагрузок разной направленности и функциональной активности футболистов в уроке.

18. Раскройте задачи, организацию и содержание этапных комплексных обследований (ЭКО) в годичном цикле подготовки футболистов высокой квалификации.

19. Охарактеризуйте оперативное управление игровой деятельностью футболистов высокой квалификации: разработку плана предстоящего матча, установка на игру, руководство командой в ходе матча, разбор игры.

20. Раскройте содержание планирования и контроля в спортивной подготовке. Перспективное и текущее планирование. Этапный и оперативно-текущий контроль.

### ***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 4 курса***

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.

2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.

3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.

4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.

5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годичного цикла.

6. Основные направления научных исследований по футболу.

7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.

8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.

9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности футболистов.
19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование. Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, технология составления оперативных планов.
24. Питание футболиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.
25. Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.



26. Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в футболе тестов.

27. Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.

28. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.

29. Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.

30. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.

31. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки футболистов.

32. Структура и содержание тренировочного занятия.

33. Педагогический контроль в тренировке футболистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности футболистов.

34. Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.

35. Текущий контроль в подготовке футболистов. Оценка соревновательной деятельности.

36. Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.

37. Характеристика физических нагрузок.

38. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

39. Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.

40. Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической и физической подготовке.

42. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими знаниями, умениями и навыками:

- осуществление руководства командой в процессе соревнований;
- овладение современными методами научных исследований и средствами восстановления;
- овладение основными методами управления тренировочным процессом футболистов;

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 4 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.
3. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
4. Раскройте содержание работы КНГ по научно-методическому обеспечению подготовки футболистов.
5. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
6. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
7. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
8. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
9. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.

10.Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.

11.Раскройте содержание текущего врачебного контроля.

12.Методика проведения оперативного контроля.

13.Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.

14.Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

15.Какова методика разработки плана предстоящего матча.

16.Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.

17.Какова методика использования педагогических и психологических средств восстановления.

18.Охарактеризуйте педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления.

19.Каковы причины травматизма в футболе.

20.Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.

21.Каковы требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

22.Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по футболу.

23.Обработка и анализ данных исследований с помощью компьютерной технологии.

24.Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

а) основная литература:

1. Андреев, С.Н. Футбол: методическое пособие / Андреев С.Н., Левин В.С. – Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета»; 2004. – 496 с.
2. Андреев, С.Н. Футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев – М.: Советский спорт, 2006. 224 с.
3. Андреев С.Н. Основы технической подготовки вратаря в футболе (футзале): учебно-методическое пособие /С.Н. Андреев, Г.Н. Гарагуля. – М.: Советский спорт, 2011. – 120 с.

б) дополнительная литература:

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В.Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008.- 152с.
2. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. -М.: Физическая культура и спорт, 2007.- 112 с.
3. Губа В.П. Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лексаков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.
4. Губа В.П. Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула.-М.: Человек, 2015.-236с.
5. Губа В, Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. -М.: СРОКТ-Человск, 2015. - 184 с.
6. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: Советский спорт, 2013,-536 с.
7. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.

8. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев.  
- М.; Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

- 1) [www.uefa.com](http://www.uefa.com)
- 2) [www.rfs.ru](http://www.rfs.ru)
- 3) [www.futsalplanet.com](http://www.futsalplanet.com)
- 4) <http://www.sportedu.ru/> - Сайт РГУФКСМиТ
- 5) Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – [www.moodus.sportedu.ru](http://www.moodus.sportedu.ru)
- 6) Онлайн - библиотека по футболу – [www.footballstudy.ru](http://www.footballstudy.ru)
- 7) Канал «Футбольная наука» - [www.Youtube.ru](http://www.Youtube.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в

сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

- аудиторный класс – 3
- компьютерный класс – 1
- футбольный зал – 1

2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*

- Видеопроектор -3
- Ноутбук – 3
- Принтер – 3
- Сканер -1
- Копировальный аппарат Canon - 1.
- Стационарный компьютер - 5
- Телевизор - 1

3) *Спортивный инвентарь*

- футбольные мячи
- манишки
- ворота
- электронное табло

---

<sup>1</sup> Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения*

**I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по футболу 2. Подготовка мест занятий по футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 4. Занятия футболом по программе начальной подготовки 5. Занятия по анализу техники футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров.	5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	15
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по футболу. 2. Занятия футболом по программе тренировочного цикла 3. Самоконтроль в процессе занятий футболом 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики футбола 6. Методики обучения футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по футболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по футболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий футболом 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в футболе. 7. Хронометраж занятий по футболу. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитров	5 5 5 10 5 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной ускоренной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по футболу 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по футболу 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в футболе 6. Организация и проведение соревнований.	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *среднее профессиональное образование (подготовка специалистов среднего звена)/ бакалавриат, магистратура, подготовка кадров высшей квалификации*

Форма обучения: *заочная ускоренная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

– способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

– способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).



**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	6	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	54		
2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу	V	6	38		
2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу	V	6	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	10	78		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	16	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	6	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	16	78		
	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	8	82		

<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>		<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>
--	--	-----------	------------	-----------	----------------

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики футбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде  
спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания\_  
(наименование)  
Протокол № 29 от «02» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методике футбола  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методике футбола  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методике футбола  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методике футбола  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Составитель:**

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»; Земляной Виктор Николаевич – доцент кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», Полишкис Михаил Михайлович – кандидат педагогических наук кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».

**Рецензент:**

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»** – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области футбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

<b>ОПК-2</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах футбола;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах футбола.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</li> </ul>	3-4		
<b>ОПК-3</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul>	5-6		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-5</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в современном пятиборье</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать технику выполнения упражнений в видах футбола</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать тактику в видах футбола.</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах футбола.</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе футбола.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции младших судей по фехтованию и верховой езде</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по плаванию и комбинированному виду</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
<b>ПК-11</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью</li> </ul>	7-8		

<b>ПК-14</b>	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов футбола	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем	5-6		
<b>ПК-15</b>	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»

##### 4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 84 часа, самостоятельная работа студентов – 600 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	12	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	54		



2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу	V	6	38		
2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу	V	<b>6</b>	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	6	<b>78</b>		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	12	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	12	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	<b>12</b>	78		
	Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	<b>12</b>	<b>78</b>		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>84</b>	<b>600</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

### *Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов заочного обучения (по всему курсу)*

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.
5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в футбол.
9. Толкование основных параграфов правил.
10. Разработка документов планирования и проведения соревнований.
11. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
12. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
13. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
14. Покажите особенности тактики оборонительных действий в численном неравенстве.
15. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
16. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
17. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
18. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
19. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
20. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
21. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.
22. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
23. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
24. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.

25. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
26. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
27. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.
28. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
29. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
30. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
31. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
32. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
33. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
34. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
35. Опишите схему управления тренировочным процессом.
36. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.
37. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла
38. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.
39. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.
40. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.
41. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.
42. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.
43. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
44. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
45. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
46. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
47. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
48. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.
49. Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.
50. Раскройте содержание текущего врачебного контроля.
51. Методика проведения оперативного контроля.
52. Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.
53. Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.
54. Какова методика разработки плана предстоящего матча.
55. Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.
56. Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.
57. Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по футболу.
58. Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.

*Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу*

1. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
2. Силовые качества футболистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
3. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
4. Скоростные и скоростно-силовые качества футболистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
7. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
8. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
9. Определение и характеристика выносливости футболиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
10. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
11. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
12. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
13. Характеристика координационных качеств футболиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
14. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
15. Понятие и классификация техники футбола. Структура технического приема. Признаки классификации техники футбола.
16. Характеристика основных методов обучения приемам техники.
17. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
18. Техника бега спиной вперед, скрестными и приставными шагами. Анализ техники бега и методика обучения.
19. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
20. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара по мячу. Методика обучения и совершенствования.
21. Классификация передач. Анализ техники выполнения передачи.
22. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.
23. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
24. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловле и отбиванию мяча.
25. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучения передвижению вратаря.
26. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.

27. Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.

28. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.

29. Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.

30. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.

31. Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы.

32. Контратаки, тактика быстрого нападения. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.

33. Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.

34. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве, в большинстве.

35. Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.

36. Охарактеризуйте основные правила игры в футбол (положение вне игры и штрафы за нарушение правил).

37. Организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.

38. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

39. Возрастные особенности юных футболистов.

40. Особенности физической подготовки юных футболистов.

41. Система многолетней подготовки юных футболистов.

42. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.

43. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.

44. Особенности технической подготовки юных футболистов.

45. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.

46. Организация и методика проведения начального отбора.

47. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.

48. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

49. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.

50. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.

51. Медико-биологические восстановительные мероприятия.

52. Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.

53. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годового цикла.

54. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.

55. Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годовом цикле.

56.Травматизм при занятиях футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.

57.Характеристика физических нагрузок.

58.Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.

59.Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.

60.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.

61.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в футболе тестов.

62.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.

63.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

а) основная литература:

1. Теория и методика футбола: учебник /под общ. Ред. В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: «Спорт», 2015.-568с.

2. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. По-лишкиса М.С., Выжгина В.А.-М.:ФОН, 2010.

3. *Губа В.П.* Комплексный контроль интегральной физической подготовленности футболистов / В.П. Губа, А.А. Шамардин. — М.: Советский спорт, 2015. —282 с.

4. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.

б) дополнительная литература:

1. *Антипов А.В.* Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А,В.Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008.- 152с.

2. *Варюшин, В.В.* Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. - М.: Физическая культура и спорт, 2007.- 112 с.

3. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.

4. *Губа В.П.* Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула.-М.: Человек, 2015.-236с.

5. *Губа В.* Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. -М.: СРОКТ-Человск, 2015. - 184 с.

6. *Губа В.П.* Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лек-саков.-М.: Советский спорт, 2013,-536 с.

7. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.

8. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.; Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

Сайт РГУФКСМиТ – [www.sportedu.ru](http://www.sportedu.ru)

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК –  
[www.moodus.sportedu.ru](http://www.moodus.sportedu.ru)

Онлайн - библиотека по футболу – [www.footballstudy.ru](http://www.footballstudy.ru)

Канал «Футбольная наука» - [www.Youtube.ru](http://www.Youtube.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
  1. Операционная система – Microsoft Windows.
  2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
  3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
  4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
  5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
  1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
  2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
  3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
  - 1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

    - аудиторный класс – 3
    - компьютерный класс – 1
    - футбольный зал – 1
  - 2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*
    - Видеопроектор -3
    - Ноутбук – 3
    - Принтер – 3
    - Сканер -1
    - Копировальный аппарат Canon - 1.
    - Стационарный компьютер - 5
    - Телевизор - 1
  - 3) *Спортивный инвентарь*
    - футбольные мячи
    - манишки

<sup>1</sup> Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- ворота
- электронное табло

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения***

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 2-4 семестр.  
 Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по футболу 2. Подготовка мест занятий по футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 4. Занятия футболом по программе начальной подготовки 5. Занятия по анализу техники футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров.	5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	15
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по футболу. 2. Занятия футболом по программе тренировочного цикла 3. Самоконтроль в процессе занятий футболом 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики футбола 6. Методики обучения футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по футболу 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по футболу 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий футболом 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в футболе. 7. Хронометраж занятий по футболу. 8. Формирование навыков судейства в качестве арбитров	5 5 5 10 5 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена (промежуточный контроль)	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 9-10 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по футболу 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по футболу 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в футболе 6. Организация и проведение соревнований.	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	20
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *среднее профессиональное образование (подготовка специалистов среднего звена)/ бакалавриат, магистратура, подготовка кадров высшей квалификации*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.



**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

– способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

– способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятель- ная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Характеристика футбола как вида спорта, средства физического воспитания и учебного предмета. Содержание игровой деятельности футболистов	III	12	78		
2	Раздел 2. Методика подготовки футболистов	III IV	6	54		
2.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу	V	6	38		
2.1	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу	V	6	40		
3.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов	VI	6	78		
4.	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	VII	12	78		
4.1	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов	VIII	12	78		
6.1	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов	IX	12	78		
	Раздел 9. Научно- исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	X	12	78		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>84</b>	<b>600</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики футбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде  
спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная ускоренная*  
Год набора 2015г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания\_  
Протокол № 29 от «02» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики футбола  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики футбола  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Составитель:**

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТИМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»; Шадрин Александр Сергеевич старший преподаватель кафедры ТИМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», Орлов Алексей Викторович – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТИМ футбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

**Рецензент:**

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»** – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области футбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

<b>ОПК-2</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах футбола;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке футболистов.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки футболистов.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке футболистов.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах футбола.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</li> </ul>	3-4		
<b>ОПК-3</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в футболе на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения тренировочных занятий в футболе с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в футболе на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения тренировочных занятий в футболе с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>	7-8		

<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> – основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в футболе <i>Уметь:</i> – анализировать технику выполнения упражнений в видах футбола	1-2		
	<i>Уметь:</i> – анализировать тактику в видах футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах футбола.	5-6		
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах футбола	7-8		
<b>ОПК-8</b>	<i>Уметь:</i> – выполнять функции младших судей по футболу.	1-2		
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции младших судей по футболу	3-4		
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции старших судей проведения соревнований по футболу	5-6		
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах футбола	7-8		
<b>ПК-10</b>	<i>Владеть:</i> – современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора в футбол	5-6		
<b>ПК-11</b>	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапемноголетней подготовки в футболе	5-6		
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства в футболе	7-8		
<b>ПК-14</b>	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов футбола	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий в видах футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий футбола	5-6		
<b>ПК-15</b>	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами футбола.	3-4		

	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		
--	--	-----	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»

##### 4.1 Очная ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 27 часов, аудиторных занятий – 180 часов, самостоятельная работа студентов – 513 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов</b>		<b>6</b>	<b>123</b>		
	1.1. Структура соревновательной деятельности футболистов	I	2	30		
	1.2. Физические качества футболиста	I		30		
	1.3. Психические качества футболиста	III		30		
	1.4. Техника футбола	I III	2	20		
	1.5. Тактика футбола	II III	2	13		
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Методика подготовки футболистов</b>		<b>6</b>	<b>58</b>		



	2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II		18		
	2.2. Методика обучения и совершенствования техники футбола	II III	2	10		
	2.3. Методика обучения и совершенствования тактики футбола	III	2	10		
	2.4. Методика воспитания физических качеств футболиста	IV		10		
	2.5. Методика психологической и теоретической подготовки футболистов	IV	2	10		
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу</b>		<b>18</b>	<b>40</b>		
	3.1. Особенности организации и проведения занятий по футболу с детьми по месту жительства	II	4	12		
	3.2. Футбол в системе физического воспитания в ВУЗах, средне-специальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	6	14		
	3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	8	14		
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу</b>		<b>10</b>	<b>50</b>		
	4.1. Правила игры и методика судейства	II	4	30		
	5.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	6	20		
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов</b>		<b>20</b>	<b>50</b>		
	5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы	V	4	12		
	5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов	V	2	16		

	5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки	V	8	14		
	5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий, и виды их проведения	V	6	8		
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации</b>		<b>20</b>	<b>44</b>		
	6.1. Структура и содержание системы	V	6	15		
	6.2. Виды подготовки в системе тренировки футболистов	VI	10	15		
	6.3. Построение процесса подготовки футболистов на отдельных этапах годового цикла		4	14		
<b>7.</b>	<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов</b>		<b>34</b>	<b>34</b>		
	7.1. Отбор юных футболистов для занятий футболом	VI	10	6		
	7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	6	8		
	7.3. Подготовка тренерских кадров по футболу	VI	2	6		
	7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	8	8		
	7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	8	6		
<b>8.</b>	<b>Раздел 8. Управление подготовкой футболистов</b>		<b>50</b>	<b>64</b>		

	8.1. Программирование подготовки футболистов	VI VII	8	12		
	8.2. Контроль за подготовкой футболистов	VII	10	12		
	8.3. Управление тренировочным процессом футболистов	VII	8	10		
	8.4. Управление соревновательной деятельностью футболистов	VIII	6	10		
	8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	10	10		
	8.6. Профилактика травматизма	VIII	8	10		
9.	<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>		<b>16</b>	<b>50</b>		
	9.1. Задачи и организация НИР по футболу	VI VIII	4	15		
	9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по футболу	VI VIII	4	15		
	9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	4	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:**

**Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов I курса**

1. Владеть методиками оценки уровня развития физических качеств у футболистов.
2. Особенности физической подготовки вратаря.
3. Особенности современной техники и её значение для роста спортивного мастерства.
4. Кинематические и динамические характеристики.
5. Фазовая структура удара.
6. Качественные критерии эффективности техники.
7. Провести анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне с использованием видеозаписей игр ведущих команд мира.
8. Показать значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.

9. Овладеть основными методами обучения.
10. Провести учёт индивидуальных особенностей занимающихся (группы студентов) при обучении основным приёмам техники.
11. Освоение частных методик обучения различным приёмам техники.
12. Определить типичные ошибки при выполнении начинающими футболистами отдельных технических приёмов и способы их исправления.
13. Составление текущего плана учебно-тренировочной и воспитательной работы с детьми по месту жительства.
14. Составление плана-конспекта для проведения урока по футболу с группой начальной подготовки.
15. Последние изменения правил игры.
16. Материалы международного судейского комитета по уточнению толкования отдельных пунктов правил и методике судейства.

### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса**

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Раскройте понятия и классификацию техники футбола, структуру технического приема. Признаки классификации.
4. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
5. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность ударов по мячу.
6. Раскройте понятия и классификацию тактики футбола.
7. Покажите тактические варианты организации атаки - выход из зоны защиты.
8. Покажите тактические варианты завершающей фазы быстрого нападения.
9. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
10. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном футболе.

11. Раскройте принципы командных оборонительных действий футболистов.
12. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему .
13. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему .
14. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения футболистов технико-тактическим приемам игры.
15. Владеть следующими профессиональными навыками:
  - знание правил игры и умение реализовать их в судействе;
  - подготовка документов проведения соревнований;
  - подбор и методика проведения тренировочных упражнений по общей физической подготовке;
  - проведение подготовительной части урока.
16. Выполнить требования по физической, технической и тактической подготовленности:
  - владение техникой выполнения основных игровых приёмов: способов передвижения, приёмов владения мячом (ведение, удары, остановки и отбор мяча);
  - выполнение нормативных требований по физической и технико-тактической подготовленности;
  - участие в педагогических наблюдениях по анализу соревновательной и тренировочной деятельности футболистов;
  - участие в тестирующих процедурах по оценке физической и технико-тактической подготовленности.

### **Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса**

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.

5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в футбол.
9. Организационно-методические формы работы с юными футболистами по месту жительства.
10. Особенности проведения массовых соревнований по футболу с юными футболистами.
11. Толкование основных параграфов правил.
12. Разработка документов планирования и проведения соревнований.

**5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:**

***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 2 курса***

1. Опишите психологические особенности игровой деятельности футболистов.
2. Сформулируйте задачи общей психологической подготовки.
3. Расскажите о формах и содержании интеллектуальной подготовки.
4. Дайте краткую характеристику фазам техники бега.
5. Каковы состав и структура движений при выполнении ударов по мячу? Сущность двигательного механизма этих приёмов.
6. Раскройте сущность командных атакующих действий. Приведите примерные схемы контратаки по фазам и позиционной атаки.
7. Каковы особенности игры в численном неравенстве? Приведите примеры игры в численном большинстве и меньшинстве.

8. Расскажите об основных средствах и методах обучения техники владения мячом и её совершенствования.
9. Раскройте сущность основных форм, средств и методов тактической подготовки.
10. Раскройте частные методики обучения различным индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в атаке и обороне.
11. Охарактеризуйте силовые качества и факторы, их определяющие.
12. Охарактеризуйте физические качества ловкости и гибкости и особенности их проявления в соревновательной деятельности.
13. Каковы задачи психологической подготовки к конкретному матчу? Укажите пути их реализации.
14. Раскройте методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 2 курса***

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с футболистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества футболистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара. Методика обучения и совершенствования.



7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
10. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
12. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловли и отбивания мяча.
13. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
14. Техника бега спиной вперёд. Характеристика.
15. Скоростная подготовка в структуре тренировки футболистов.
16. Техника игры вратаря. Анализ и методика.
17. Определение и характеристика выносливости футболиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности футболиста
18. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
19. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
20. Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.

21. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
22. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
23. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
24. Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
25. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
27. Воспитание выносливости в системе тренировки футболистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годового цикла.
28. Командная тактика обороны. Характеристика, методика обучения и совершенствования оборонительных систем.
29. Характеристика ловкости, или координационных способностей футболиста. Факторы, определяющие ловкость футболиста.
30. Методика воспитания ловкости у футболистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
31. Контратаки из различных зон футбольного поля. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
32. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
33. Позиционное (постепенное) нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.

34. Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
35. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки футболиста.
36. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
37. Организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
38. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.
39. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
40. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
41. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
- обучение приёмам техники, тактики
  - выявление ошибок при выполнении технико-тактических действий и их исправление
  - овладение методикой воспитания физических качеств, составление комплексов упражнений с учётом индивидуальных особенностей занимающихся
  - составление плана-конспекта занятия и проведения учебно-тренировочного занятия
  - проведение педагогического анализа урока
  - судейство спортивных соревнований

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 2 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой дисциплины.
2. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
3. Какова фазовая структура ударов по мячу и их кинематические и динамические характеристики.
4. Охарактеризуйте основные требования к современной технике футбола.
5. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
6. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
7. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
8. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
9. Какова методика воспитания силовых и скоростных качеств, качества выносливости, гибкости, ловкости.
10. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
11. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
12. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
13. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
14. Организационно-методические работы по футболу в ВУЗах и Средне-специальных учебных учреждениях.
15. Особенности проведения внутренних соревнований среди школьников.
16. Особенности организации и проведения работы в секциях по футболу.
17. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.

### **5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:**

#### ***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 3 курса***

1. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
2. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
3. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
4. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
5. Раскройте три уровня структуры тренировочного процесса.
6. Покажите значимость и особенности проведения занятий различных видов.
7. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
8. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
9. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
10. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
11. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годичного цикла.
12. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годичного цикла.
13. Задачи, структура и содержание тренировочного процесса на соревновательных этапах в зависимости от календаря официальных соревнований.

14. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.

15. Охарактеризуйте основные направления научных исследований по футболу.

16. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

17. Охарактеризуйте систему подготовки тренерских кадров по футболу в нашей стране.

***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 3 курса***

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

2. Возрастные особенности юных футболистов 10-12 лет.

3. Особенности физической подготовки юных футболистов 13-14 лет.

4. Система многолетней подготовки юных футболистов.

5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.

6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.

7. Возрастные особенности футболистов 13-14 лет.

8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.

9. Особенности технической подготовки юных футболистов 10-12 лет.

10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.

11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных футболистов.

12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.

13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.

14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.

15. Возрастные особенности юных футболистов 15-16 лет.

16. Организация и методика проведения начального отбора.

17. Возрастные особенности футболистов 17-18 лет.

18. Особенности физической подготовки юных футболистов 10-12 лет.

19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского футбола в нашей стране.

20. Система подготовки футболистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.

21. Структура и содержание тренировочного занятия.

22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде.

Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.

23. Структура годичного цикла тренировки футболистов.

24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.

25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.

26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.

27. Особенности построения межигровых микроциклов.

28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.

29. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.

30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.

31. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.

32. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке футболистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.
41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
42. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
43. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
  - овладение методикой тренировки юных футболистов;
  - овладение основными методами отбора в команды мастеров и в сборные команды;
  - овладение методикой тренировки футболистов высокой квалификации;
  - овладение основными средствами и методами управления тренировочным процессом;



***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 3 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
3. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
4. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
5. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
6. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
7. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
8. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.
9. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
10. Охарактеризуйте различные организационно-методические формы проведения занятий.
11. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
12. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
13. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
14. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
15. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.

16. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.

17. Раскройте сущность второго уровня системы подготовки футболистов.

18. Опишите схему управления тренировочным процессом.

19. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.

20. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла

21. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.

22. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.

23. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.

24. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.

26. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

27. Сбор и обработка фактического материала курсовой работы.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:**

*Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 4 курса*

1. Какие существуют виды планирования. Охарактеризуйте их. Покажите особенности составления перспективного плана.

2. В чём сущность технологии текущего планирования.

3. Приведите примерные формы и содержание оперативных планов.

4. Охарактеризуйте задачи, структуру и содержание разминки перед игрой.

5. Опишите формы, средства и методы контроля физического состояния футболиста.

6. Раскройте формы, средства и методы контроля технико-тактической подготовленности.

7. Дайте характеристику контроля соревновательной и тренировочной деятельности футболистов.

8. В чём сущность системы текущего и этапного контроля в годичном цикле тренировки футболистов.

9. Дайте примеры комплексного использования средств и методов педагогического, медико-биологического и психологического воздействия при профилактике и лечении состояний переутомления, перенапряжения и перетренированности.

10. Каковы средства и методы педагогического и психологического восстановления.

11. Сформулируйте задачи научно-методического обеспечения команды.

12. Каковы основные направления материально-технического обеспечения команды.

13. Охарактеризуйте основные методы и методики педагогических исследований.

14. Каковы задачи, организация и содержание работы комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению футбольных команд высокой квалификации.

15. Каковы методические подходы к оценке уровня подготовленности футболистов высокой квалификации.

16. Раскройте задачи, организацию и содержание текущих обследований футболистов (ТО) и обследований соревновательной деятельности футболистов (ОСД).

17. Охарактеризуйте урок – как основную форму проведения занятий по футболу. Виды уроков. Части урока и их взаимосвязь. Динамика нагрузок разной направленности и функциональной активности футболистов в уроке.

18. Раскройте задачи, организацию и содержание этапных комплексных обследований (ЭКО) в годичном цикле подготовки футболистов высокой квалификации.

19. Охарактеризуйте оперативное управление игровой деятельностью футболистов высокой квалификации: разработку плана предстоящего матча, установка на игру, руководство командой в ходе матча, разбор игры.

20. Раскройте содержание планирования и контроля в спортивной подготовке. Перспективное и текущее планирование. Этапный и оперативно-текущий контроль.

### ***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 4 курса***

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.

2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.

3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.

4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.

5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годичного цикла.

6. Основные направления научных исследований по футболу.

7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.

8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.

9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности футболистов.
19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование. Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, технология составления оперативных планов.
24. Питание футболиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.
25. Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.

26. Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в футболе тестов.

27. Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.

28. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.

29. Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.

30. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.

31. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки футболистов.

32. Структура и содержание тренировочного занятия.

33. Педагогический контроль в тренировке футболистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности футболистов.

34. Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.

35. Текущий контроль в подготовке футболистов. Оценка соревновательной деятельности.

36. Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.

37. Характеристика физических нагрузок.

38. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

39. Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.

40. Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической и физической подготовке.

42. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими знаниями, умениями и навыками:

- осуществление руководства командой в процессе соревнований;
- овладение современными методами научных исследований и средствами восстановления;
- овладение основными методами управления тренировочным процессом футболистов;

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 4 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.
3. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
4. Раскройте содержание работы КНГ по научно-методическому обеспечению подготовки футболистов.
5. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
6. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
7. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
8. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
9. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.

10.Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.

11.Раскройте содержание текущего врачебного контроля.

12.Методика проведения оперативного контроля.

13.Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.

14.Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.

15.Какова методика разработки плана предстоящего матча.

16.Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.

17.Какова методика использования педагогических и психологических средств восстановления.

18.Охарактеризуйте педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления.

19.Каковы причины травматизма в футболе.

20.Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.

21.Каковы требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.

22.Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по футболу.

23.Обработка и анализ данных исследований с помощью компьютерной технологии.

24.Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.



**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

а) основная литература:

1. Андреев, С.Н. Футбол: методическое пособие / Андреев С.Н., Левин В.С. – Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета»; 2004. – 496 с.
2. Андреев, С.Н. Футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев – М.: Советский спорт, 2006. 224 с.
3. Андреев С.Н. Основы технической подготовки вратаря в футболе (футзале): учебно-методическое пособие /С.Н. Андреев, Г.Н. Гарагуля. – М.: Советский спорт, 2011. – 120 с.

б) дополнительная литература:

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В.Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008.- 152с.
2. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. -М.: Физическая культура и спорт, 2007.- 112 с.
3. Губа В.П. Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лексаков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.
4. Губа В.П. Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула.-М.: Человек, 2015.-236с.
5. Губа В, Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. -М.: СРОКТ-Человск, 2015. - 184 с.
6. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: Советский спорт, 2013,-536 с.
7. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.

8. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.; Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

- 1) [www.uefa.com](http://www.uefa.com)
- 2) [www.rfs.ru](http://www.rfs.ru)
- 3) [www.futsalplanet.com](http://www.futsalplanet.com)
- 4) <http://www.sportedu.ru/> - Сайт РГУФКСМиТ
- 5) Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – [www.moodus.sportedu.ru](http://www.moodus.sportedu.ru)
- 6) Онлайн - библиотека по футболу – [www.footballstudy.ru](http://www.footballstudy.ru)
- 7) Канал «Футбольная наука» - [www.Youtube.ru](http://www.Youtube.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в

сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

- аудиторный класс – 3
- компьютерный класс – 1
- футбольный зал – 1

2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*

- Видеопроектор -3
- Ноутбук – 3
- Принтер – 3
- Сканер -1
- Копировальный аппарат Canon - 1.
- Стационарный компьютер - 5
- Телевизор - 1

3) *Спортивный инвентарь*

- футбольные мячи
- манишки
- ворота
- электронное табло

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

---

<sup>1</sup> Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной ускоренной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по футболу 2. Подготовка мест занятий по футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия видами футбола по программе начальной подготовки 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по футболу.	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	43-44 недели	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной ускоренной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по футболу. 2. Занятия по футболу по программе тренировочного цикла. 3. Самоконтроль в процессе занятий по футболу. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики футбола. 6. Методики обучения футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов.. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по футболу.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	45 неделя	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной ускоренной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики футбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по футболу. 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по футболу. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий футболом. 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в футболе. 7. Хронометраж занятий по футболу. 8. Формирование навыков судейства в футболе.	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	5 5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	44-45 недели	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики футбола**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *среднее профессиональное образование (подготовка специалистов среднего звена)/ бакалавриат, магистратура, подготовка кадров высшей квалификации*

Форма обучения: *очная ускоренная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

– способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

– способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятель- ная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов</b>		<b>6</b>	<b>123</b>		
	1.1. Структура соревновательной деятельности футболистов	I	2	30		
	1.2. Физические качества футболиста	I		30		
	1.3. Психические качества футболиста	III		30		
	1.4. Техника футбола	I III	2	20		
	1.5. Тактика футбола	II III	2	13		
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Методика подготовки футболистов</b>		<b>6</b>	<b>58</b>		
	2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II		18		
	2.2. Методика обучения и совершенствования техники футбола	II III	2	10		
	2.3. Методика обучения и совершенствования тактики футбола	III	2	10		
	2.4. Методика воспитания физических качеств футболиста	IV		10		

	2.5. Методика психологической и теоретической подготовки футболистов	IV	2	10		
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу</b>		<b>18</b>	<b>40</b>		
	3.1. Особенности организации и проведения занятий по футболу с детьми по месту жительства	II	4	12		
	3.2. Футбол в системе физического воспитания в ВУЗах, средне-специальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	6	14		
	3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	8	14		
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу</b>		<b>10</b>	<b>50</b>		
	4.1. Правила игры и методика судейства	II	4	30		
	5.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	6	20		
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов</b>		<b>20</b>	<b>50</b>		
	5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы	V	4	12		
	5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов	V	2	16		
	5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки	V	8	14		
	5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий, и виды их проведения	V	6	8		
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации</b>		<b>20</b>	<b>44</b>		

	6.1. Структура и содержание системы	V	6	15		
	6.2. Виды подготовки в системе тренировки футболистов	VI	10	15		
	6.3. Построение процесса подготовки футболистов на отдельных этапах годового цикла		4	14		
7.	<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов</b>		<b>34</b>	<b>34</b>		
	7.1. Отбор юных футболистов для занятий футболом	VI	10	6		
	7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	6	8		
	7.3. Подготовка тренерских кадров по футболу	VI	2	6		
	7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	8	8		
	7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	8	6		
8.	<b>Раздел 8. Управление подготовкой футболистов</b>		<b>50</b>	<b>64</b>		
	8.1. Программирование подготовки футболистов	VI VII	8	12		
	8.2. Контроль за подготовкой футболистов	VII	10	12		
	8.3. Управление тренировочным процессом футболистов	VII	8	10		
	8.4. Управление соревновательной деятельностью футболистов	VIII	6	10		
	8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	10	10		

	8.6. Профилактика травматизма	VIII	8	10		
9.	<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>		<b>16</b>	<b>50</b>		
	9.1. Задачи и организация НИР по футболу	VI VIII	4	15		
	9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по футболу	VI VIII	4 4	15		
	9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	4	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики футбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде  
спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания\_  
(наименование)  
Протокол № 29 от «02» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики футбола  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики футбола  
(наименование)  
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики футбола  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Лексаков Андрей Владимирович – кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»; Земляной Виктор  
Николаевич – доцент кафедры ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»,  
Полишкис Михаил Михайлович – кандидат педагогических наук кафедры  
ТиМ футбола ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»** – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области футбола.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные футболу виды спорта и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7

<b>ОПК-2</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах футбола;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пятиборцев.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пятиборцев.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах футбола.</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по футболу с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</li> </ul>	3-4		
<b>ОПК-3</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul>	5-6		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в современном пятиборье на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в современном пятиборье с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-5</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в современном пятиборье</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать технику выполнения упражнений в видах футбола</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать тактику в видах футбола.</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в видах футбола.</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня специализированных качеств у спортсменов в видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции младших судей по плаванию и комбинированному виду в комплексе футбола.</li> </ul>	1-2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции младших судей по фехтованию и верховой езде</li> </ul>	3-4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по плаванию и комбинированному виду</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах футбола</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
<b>ПК-11</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в современном пятиборье</li> </ul>	5-6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по современному пятиборью</li> </ul>	7-8		

<b>ПК-14</b>	<i>Уметь:</i> – владеть техникой видов футбола	1-2		
	<i>Владеть:</i> – умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий видах футбола	3-4		
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий современным пятиборьем	5-6		
<b>ПК-15</b>	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами футбола.	3-4		
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8		

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»

##### 4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (современное пятиборье)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов</b>		<b>16</b>	<b>54</b>		
1.1	1.1. Структура соревновательной деятельности футболистов	I	4	10		
1.5	1.2. Физические качества футболиста	I	2	10		

1.6	1.3. Психические качества футболиста	III	2	10		
2.	1.4. Техника футбола	I III	4	10		
2.1	1.5. Тактика футбола	II III	4	14		
3.	<b>Раздел 2. Методика подготовки футболистов</b>		<b>18</b>	<b>58</b>		
3.1	2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	4	18		
4.	2.2. Методика обучения и совершенствования техники футбола	II III	4	10		
4.1	2.3. Методика обучения и совершенствования тактики футбола	III	2	10		
6.	2.4. Методика воспитания физических качеств футболиста	IV	4	10		
6.1	2.5. Методика психологической и теоретической подготовки футболистов	IV	4	10		
	<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу</b>		<b>18</b>	<b>40</b>		
1	3.1. Особенности организации и проведения занятий по футболу с детьми по месту жительства	II	4	12		
1.2	3.2. Футбол в системе физического воспитания в вузах, средне-специальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	6	14		
1.7	3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	8	14		
1.8	<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу</b>		<b>10</b>	<b>50</b>		
2.	4.1. Правила игры и методика судейства	II	4	30		

2.2	5.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	6	20		
<b>3.</b>	<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов</b>		<b>20</b>	<b>50</b>		
3.2	5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы	V	4	12		
3.3	5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных футболистов	V	2	16		
<b>4.</b>	<b>5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки</b>					
4.2	5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий, и виды их проведения	V	6	8		
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации</b>		<b>20</b>	<b>44</b>		
6.2	6.1. Структура и содержание системы	V	6	15		
	6.2. Виды подготовки в системе тренировки футболистов	VI	10	15		
<b>1</b>	<b>6.3. Построение процесса подготовки футболистов на отдельных этапах годового цикла</b>		<b>4</b>	<b>14</b>		
1.3	<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов</b>		<b>34</b>	<b>34</b>		
1.9	7.1. Отбор юных футболистов для занятий футболом	VI	10	6		
1.10	7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	6	8		
1.11	7.3. Подготовка тренерских кадров по футболу	VI	2	6		



4.	7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	8	8		
4.3	7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	8	6		
5.	<b>Раздел 8. Управление подготовкой футболистов</b>		<b>52</b>	<b>64</b>		
5.1	8.1. Программирование подготовки футболистов	VI VII	10	12		
5.2	8.2. Контроль за подготовкой футболистов	VII	10	12		
6.	8.3. Управление тренировочным процессом футболистов	VII	8	10		
6.3	8.4. Управление соревновательной деятельностью футболистов	VIII	6	10		
	8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	10	10		
1	8.6. Профилактика травматизма	VIII	8	10		
1.4	<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>		<b>52</b>	<b>50</b>		
1.12	9.1. Задачи и организация НИР по футболу	VI VIII	4 6	15		
1.13	9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по футболу	VI VIII	8 14	15		
4.	9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	20	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:**

### **Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов I курса**

1. Владеть методиками оценки уровня развития физических качеств у футболистов.
2. Особенности физической подготовки вратаря.
3. Особенности современной техники и её значение для роста спортивного мастерства.
4. Кинематические и динамические характеристики.
5. Фазовая структура удара.
6. Качественные критерии эффективности техники.
7. Провести анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне с использованием видеозаписей игр ведущих команд мира.
8. Показать значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
9. Владеть основными методами обучения.
10. Провести учёт индивидуальных особенностей занимающихся (группы студентов) при обучении основным приёмам техники.
11. Освоение частных методик обучения различным приёмам техники.
12. Определить типичные ошибки при выполнении начинающими футболистами отдельных технических приёмов и способы их исправления.
13. Составление текущего плана учебно-тренировочной и воспитательной работы с детьми по месту жительства.
14. Составление плана-конспекта для проведения урока по футболу с группой начальной подготовки.
15. Последние изменения правил игры.
16. Материалы международного судейского комитета по уточнению толкования отдельных пунктов правил и методике судейства.

### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса**

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Раскройте понятия и классификацию техники футбола, структуру технического приема. Признаки классификации.
4. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
5. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность ударов по мячу.
6. Раскройте понятия и классификацию тактики футбола.
7. Покажите тактические варианты организации атаки - выход из зоны защиты.
8. Покажите тактические варианты завершающей фазы быстрого нападения.

9. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
10. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном футболе.
11. Раскройте принципы командных оборонительных действий футболистов.
12. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 5-4-1.
13. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 3-4-3.
14. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения футболистов технико-тактическим приемам игры.
15. Владеть следующими профессиональными навыками:
  - знание правил игры и умение реализовать их в судействе;
  - подготовка документов проведения соревнований;
  - подбор и методика проведения тренировочных упражнений по общей физической подготовке;
  - проведение подготовительной части урока.
16. Выполнить требования по физической, технической и тактической подготовленности:
  - владение техникой выполнения основных игровых приёмов: способов передвижения, приёмов владения мячом (ведение, удары, остановки и отбор мяча);
  - выполнение нормативных требований по физической и технико-тактической подготовленности;
  - участие в педагогических наблюдениях по анализу соревновательной и тренировочной деятельности футболистов;
  - участие в тестирующих процедурах по оценке физической и технико-тактической подготовленности.

### **Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса**

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Раскройте требования, предъявляемые к физическим качествам футболиста.
3. Специфические особенности игровой деятельности вратаря.
4. Способы преодоления мышечной напряжённости.
5. Раскройте основные понятия, связанные с тактикой и стратегией игры «футбол».
6. Покажите значимость тактики и её взаимосвязь с техникой и физической подготовкой.
7. Охарактеризуйте средства, методы и методические подходы к обучению техническим приёмам игры в футбол.
8. Сформулируйте основные требования по организации и проведению занятий по обучению технике игры в футбол.
9. Организационно-методические формы работы с юными футболистами по месту жительства.
10. Особенности проведения массовых соревнований по футболу с юными футболистами.
11. Толкование основных параграфов правил.
12. Разработка документов планирования и проведения соревнований.

### **5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:**

#### ***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 2 курса***

1. Опишите психологические особенности игровой деятельности футболистов.
2. Сформулируйте задачи общей психологической подготовки.
3. Расскажите о формах и содержании интеллектуальной подготовки.
4. Дайте краткую характеристику фазам техники бега.

5. Каковы состав и структура движений при выполнении ударов по мячу? Сущность двигательного механизма этих приёмов.
6. Раскройте сущность командных атакующих действий. Приведите примерные схемы контратаки по фазам и позиционной атаки.
7. Каковы особенности игры в численном неравенстве? Приведите примеры игры в численном большинстве и меньшинстве.
8. Расскажите об основных средствах и методах обучения техники владения мячом и её совершенствования.
9. Раскройте сущность основных форм, средств и методов тактической подготовки.
10. Раскройте частные методики обучения различным индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в атаке и обороне.
11. Охарактеризуйте силовые качества и факторы, их определяющие.
12. Охарактеризуйте физические качества ловкости и гибкости и особенности их проявления в соревновательной деятельности.
13. Каковы задачи психологической подготовки к конкретному матчу? Укажите пути их реализации.
14. Раскройте методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 2 курса***

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с футболистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки футболистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества футболистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения футболиста, классификация. Биомеханический анализ бега. Методика обучения бегу.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов по мячу. Виды ударов и их характеристика. Биомеханический анализ удара. Методика обучения и совершенствования.
7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов футболиста. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора мяча. Виды отбора и их характеристика. Методика обучения отбору мяча.
10. Характеристика скоростных качеств футболиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
12. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения ловли и отбивания мяча.
13. Стартовая и дистанционная скорость футболиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
14. Техника бега спиной вперёд. Характеристика.
15. Скоростная подготовка в структуре тренировки футболистов.
16. Техника игры вратаря. Анализ и методика.
17. Определение и характеристика выносливости футболиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности футболиста

18. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
19. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей футболиста.
20. Индивидуальные технико-тактические действия футболистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.
21. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
22. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
23. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности футболиста. Его характеристика и методика совершенствования.
24. Групповые тактические действия футболистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
25. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
27. Воспитание выносливости в системе тренировки футболистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годового цикла.
28. Командная тактика обороны. Характеристика, методика обучения и совершенствования оборонительных систем.
29. Характеристика ловкости, или координационных способностей футболиста. Факторы, определяющие ловкость футболиста.
30. Методика воспитания ловкости у футболистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
31. Контратаки из различных зон футбольного поля. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
32. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
33. Позиционное (постепенное) нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
34. Психологическая подготовка футболиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
35. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки футболиста.
36. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
37. Организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
38. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.
39. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
40. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
41. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
  - обучение приёмам техники, тактики
  - выявление ошибок при выполнении технико-тактических действий и их исправление

- овладение методикой воспитания физических качеств, составление комплексов упражнений с учётом индивидуальных особенностей занимающихся
- составление плана-конспекта занятия и проведения учебно-тренировочного занятия
- проведение педагогического анализа урока
- судейство спортивных соревнований

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 2 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой дисциплины.
2. Каковы наиболее значимые психические качества футболиста для успешного ведения игровой деятельности.
3. Какова фазовая структура ударов по мячу и их кинематические и динамические характеристики.
4. Охарактеризуйте основные требования к современной технике футбола.
5. Охарактеризуйте наиболее практикуемые тактические варианты атакующих действий.
6. Раскройте принципы и варианты тактических действий в позиционной атаке.
7. Охарактеризуйте подходы к формированию приёмов техники с высокой степенью надёжности.
8. Каковы особенности методических подходов к обучению и совершенствованию тактики игры вратаря.
9. Какова методика воспитания силовых и скоростных качеств, качества выносливости, гибкости, ловкости.
10. Охарактеризуйте организационно-методические формы занятий по воспитанию физических качеств.
11. Особенности воспитания физических качеств вратаря.
12. Каковы средства, методы и методические подходы к развитию психических функций и волевых качеств футболистов.
13. Охарактеризуйте методику формирования личностных качеств футболиста и межличностных отношений внутри коллектива команды.
14. Организационно-методические работы по футболу в вузах и Средне-специальных учебных учреждений.
15. Особенности проведения внутренних соревнований среди школьников.
16. Особенности организации и проведения работы в секциях по футболу.
17. Дайте характеристику основным системам розыгрыша.

**5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре очной формы обучения:**

***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 3 курса***

1. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
2. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
3. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
4. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
5. Раскройте три уровня структуры тренировочного процесса.
6. Покажите значимость и особенности проведения занятий различных видов.
7. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.
8. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
9. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
10. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.

11. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годовичного цикла.
12. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годовичного цикла.
13. Задачи, структура и содержание тренировочного процесса на соревновательных этапах в зависимости от календаря официальных соревнований.
14. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годовичный цикл, мезо- и микроциклы.
15. Охарактеризуйте основные направления научных исследований по футболу.
16. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
17. Охарактеризуйте систему подготовки тренерских кадров по футболу в нашей стране.

### ***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 3 курса***

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных футболистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных футболистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных футболистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных футболистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности футболистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных футболистов.
9. Особенности технической подготовки юных футболистов 10-12 лет.
10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных футболистов.
12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных футболистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности футболистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных футболистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского футбола в нашей стране.
20. Система подготовки футболистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годовичного цикла тренировки футболистов.
24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.

27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.
29. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.
31. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке футболистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годичного цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.
41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по физической подготовке.
42. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической подготовке.
43. Выполнить требования по овладению следующими профессионально-педагогическими умениями и навыками:
  - овладение методикой тренировки юных футболистов;
  - овладение основными методами отбора в команды мастеров и в сборные команды;
  - овладение методикой тренировки футболистов высокой квалификации;
  - овладение основными средствами и методами управления тренировочным процессом;

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 3 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Опишите основные виды массовых спортивных соревнований по футболу, методы и формы их организации и проведения.
3. Каковы цели и задачи системы многолетней подготовки юных футболистов.
4. Охарактеризуйте многолетнюю подготовку юных футболистов.
5. Раскройте возрастные особенности юных футболистов.
6. Охарактеризуйте этапы многолетней подготовки юных футболистов.
7. Раскройте формы и содержание физической подготовки на различных возрастных этапах.
8. Раскройте формы и содержание технико-тактической подготовки в возрастном аспекте.
9. Покажите динамику соревновательной подготовки юных футболистов в возрастном аспекте.
10. Охарактеризуйте различные организационно-методические формы проведения занятий.
11. Состояние проблемы эффективности отбора в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.



12. Методика оценки игрового мышления и игровых способностей юных футболистов.
13. Раскройте специфику организации отбора юных футболистов в сборную команду.
14. Методика оценки подготовленности кандидатов в сборную команду.
15. Охарактеризуйте структуру и содержание системы подготовки футболистов.
16. Охарактеризуйте основные составляющие системы подготовки футболистов.
17. Раскройте сущность второго уровня системы подготовки футболистов.
18. Опишите схему управления тренировочным процессом.
19. Значимость и соотношение отдельных видов подготовки на этапах годового цикла.
20. Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла
21. Раскройте особенности построения тренировочного процесса на отдельных этапах годового цикла.
22. Охарактеризуйте особенности построения микроциклов на соревновательных этапах.
23. Раскройте организацию и методику отбора футболистов высокой квалификации.
24. Охарактеризуйте критерии отбора высококвалифицированных футболистов.
26. Требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
27. Сбор и обработка фактического материала курсовой работы.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:**

##### ***Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля студентов 4 курса***

1. Какие существуют виды планирования. Охарактеризуйте их. Покажите особенности составления перспективного плана.
2. В чём сущность технологии текущего планирования.
3. Приведите примерные формы и содержание оперативных планов.
4. Охарактеризуйте задачи, структуру и содержание разминки перед игрой.
5. Опишите формы, средства и методы контроля физического состояния футболиста.
6. Раскройте формы, средства и методы контроля технико-тактической подготовленности.
7. Дайте характеристику контроля соревновательной и тренировочной деятельности футболистов.
8. В чём сущность системы текущего и этапного контроля в годовом цикле тренировки футболистов.
9. Дайте примеры комплексного использования средств и методов педагогического, медико-биологического и психологического воздействия при профилактике и лечении состояний переутомления, перенапряжения и перетренированности.
10. Каковы средства и методы педагогического и психологического восстановления.
11. Сформулируйте задачи научно-методического обеспечения команды.
12. Каковы основные направления материально-технического обеспечения команды.
13. Охарактеризуйте основные методы и методики педагогических исследований.

14. Каковы задачи, организация и содержание работы комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению футбольных команд высокой квалификации.

15. Каковы методические подходы к оценке уровня подготовленности футболистов высокой квалификации.

16. Раскройте задачи, организацию и содержание текущих обследований футболистов (ТО) и обследований соревновательной деятельности футболистов (ОСД).

17. Охарактеризуйте урок – как основную форму проведения занятий по футболу. Виды уроков. Части урока и их взаимосвязь. Динамика нагрузок разной направленности и функциональной активности футболистов в уроке.

18. Раскройте задачи, организацию и содержание этапных комплексных обследований (ЭКО) в годичном цикле подготовки футболистов высокой квалификации.

19. Охарактеризуйте оперативное управление игровой деятельностью футболистов высокой квалификации: разработку плана предстоящего матча, установка на игру, руководство командой в ходе матча, разбор игры.

20. Раскройте содержание планирования и контроля в спортивной подготовке. Перспективное и текущее планирование. Этапный и оперативно-текущий контроль.

### ***Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 4 курса***

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.

2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных футболистов.

3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.

4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.

5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годичного цикла.

6. Основные направления научных исследований по футболу.

7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.

8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.

9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.

10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.

11. Задачи и содержание самоконтроля.

12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.

13. Технология проведения исследования.

14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.

15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.

16. Травматизм при занятиях футболом. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.

17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.

18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности футболистов.

19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).

20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование. Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки футболистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, технология составления оперативных планов.
24. Питание футболиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.
25. Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в футболе тестов.
27. Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.
28. Планирование процесса подготовки футболистов. Виды планов и их характеристика.
29. Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.
30. Перспективное планирование в футболе. Характеристика содержания перспективного плана.
31. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки футболистов.
32. Структура и содержание тренировочного занятия.
33. Педагогический контроль в тренировке футболистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности футболистов.
34. Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.
35. Текущий контроль в подготовке футболистов. Оценка соревновательной деятельности.
36. Контроль тренировочной деятельности футболистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.
37. Характеристика физических нагрузок.
38. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
39. Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью футболистов.
40. Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.
41. Выполнить в соответствии с программой курса контрольные нормативы по технико-тактической и физической подготовке.
42. Выполнить требования по овладению профессионально-педагогическими знаниями, умениями и навыками:
  - осуществление руководства командой в процессе соревнований;
  - овладение современными методами научных исследований и средствами восстановления;
  - овладение основными методами управления тренировочным процессом футболистов;

***Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов 4 курса***

1. Знать теоретический материал в соответствии с программой курса.
2. Охарактеризуйте необходимое материально-техническое обеспечение подготовки футболистов.

3. Охарактеризуйте современные тренажерные устройства и технические средства, применяемые в тренировочном процессе футболистами высокой квалификации
4. Раскройте содержание работы КНГ по научно-методическому обеспечению подготовки футболистов.
5. Охарактеризуйте технологию разработки программ и планов на годичный цикл, мезо- и микроциклы.
6. Раскройте содержание текущего плана подготовки футболистов высокой квалификации.
7. Раскройте организацию и проведение комплексного контроля за подготовкой футболистов.
8. Охарактеризуйте тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности футболистов.
9. Какова методика оценки соревновательной деятельности футболистов.
10. Какова структура и содержание педагогического контроля за подготовкой футболистов.
11. Раскройте содержание текущего врачебного контроля.
12. Методика проведения оперативного контроля.
13. Охарактеризуйте стратегическое и оперативное управление тренировочным процессом.
14. Раскройте сущность оперативного и стратегического управления соревновательной деятельностью футболистов.
15. Какова методика разработки плана предстоящего матча.
16. Охарактеризуйте виды и значимость восстановительных мероприятий.
17. Какова методика использования педагогических и психологических средств восстановления.
18. Охарактеризуйте педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления.
19. Каковы причины травматизма в футболе.
20. Охарактеризуйте основные мероприятия по профилактике травматизма.
21. Каковы требования, предъявляемые к тестам и тестирующим процедурам.
22. Дать характеристику основным методикам, используемым в исследованиях по футболу.
23. Обработка и анализ данных исследований с помощью компьютерной технологии.
24. Сбор и обработка фактического материала для выпускной квалификационной работы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

### **а) основная литература:**

1. Теория и методика футбола: учебник /под общ. Ред. В.П. Губа, А.В. Лексаков.-М.: «Спорт», 2015.-568с.
2. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. По-лишкиса М.С., Выжгина В.А.-М.:ФОН, 2010.
3. *Губа В.П.* Комплексный контроль интегральной физической подготовленности футболистов / В.П. Губа, А.А. Шамардин. — М.: Советский спорт, 2015. —282 с.
4. *Губа В.П.* Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.

### **б) дополнительная литература:**

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008.- 152с.
2. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. - М.: Физическая культура и спорт, 2007.- 112 с.
3. Губа В.П. Интегральная подготовка футболистов/В.П. Губа, А. В. Лек-саков. -М.: Советский спорт, 2010. -208 с.
4. Губа В.П. Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А.А. Стула.-М.: Человек, 2015.-236с.
5. Губа В, Методология подготовки юных футболистов / В. Губа. А. Стула. -М.: СРОКТ-Человск, 2015. - 184 с.
6. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лек-саков.-М.: Советский спорт, 2013,-536 с.
7. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2008. - 304 с.
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.; Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.

в) интернет-ресурсы:

Сайт РГУФКСМиТ – [www.sportedu.ru](http://www.sportedu.ru)

Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК –  
[www.moodus.sportedu.ru](http://www.moodus.sportedu.ru)

Онлайн - библиотека по футболу – [www.footballstudy.ru](http://www.footballstudy.ru)

Канал «Футбольная наука» - [www.Youtube.ru](http://www.Youtube.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

1) *перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:*

Кабинеты:

- аудиторный класс – 3
- компьютерный класс – 1
- футбольный зал – 1

2) *Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий*

- Видеопроектор -3
- Ноутбук – 3
- Принтер – 3
- Сканер -1
- Копировальный аппарат Canon - 1.
- Стационарный компьютер - 5
- Телевизор - 1

3) *Спортивный инвентарь*

- футбольные мячи
- манишки
- ворота
- электронное табло

---

<sup>1</sup> Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по футболу 2. Подготовка мест занятий по футболу и изучение инструкций по технике безопасности 3. Занятия видами футбола по программе начальной подготовки 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники футбола 6. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке футболистов. 7. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по футболу.	1-4 недели 1-4 недели 5-8 недели 9-13 недели 14-15 и 20-25 недели 26-20 недели 31-35 недели	5 5 10 10 10 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	43-44 недели	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по футболу. 2. Занятия по футболу по программе тренировочного цикла. 3. Самоконтроль в процессе занятий по футболу. 4. Профессионально-педагогических навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке. 5. Занятия по анализу тактики футбола. 6. Методики обучения футболу. 7. Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке футболистов.. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по футболу.	1-2 недели 3-10 недели 3-10 недели 11-15 недели 20-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	10 5 5 5 5 20 5 5
3	Микрозачет по общей и специальной физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	45 неделя	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5

3	Презентация по теме пропущенного занятия	5
---	--	---

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по футболу 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по футболу. 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ, по футболу. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий футболом. 5. Разработка годового плана подготовки футболистов на различных этапах. 6. Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в футболе. 7. Хронометраж занятий по футболу. 8. Формирование навыков судейства в футболе.	3-12 недели 13-15 недели 16-17 недели 28-34 недели 22-23 недели 24-26 недели 27 неделя 35-36 недели	5 5 5 10 10 10 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	44-45 недели	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 10 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по футболу. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы. 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по футболу. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у спортсменов в футболе. 6. Организация и проведение соревнований.	1-7 недели 8-15 недели 21-24 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 10 10 10 10
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	40 неделя	20
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики фехтования, футбола, восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *среднее профессиональное образование (подготовка специалистов среднего звена)/ бакалавриат, магистратура, подготовка кадров высшей квалификации*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по футболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

– способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

– способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).



**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (футбол)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации ( <i>по семестрам</i> )
			Занятия семинарского типа	Самостоятельн ая работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Содержание игровой деятельности футболистов	1-2	16	54		
2.	Раздел 2. Методика подготовки футболистов		18	58		
3.	Раздел 3. Спортивно-массовая работа по футболу		18	40		
4.	Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу		10	50		
5.	Раздел 5. Система многолетней подготовки юных футболистов		20	50		
6	Раздел 6. Система подготовки футболистов высокой квалификации	3-4	20	44		
7.	Раздел 7. Обеспечение подготовки футболистов		34	34		
8.	Раздел 8. Управление подготовкой футболистов		52	64		
9.	Раздел 9. Научно- исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		52	50		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	<b>ЭКЗАМЕН</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 19 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 22 апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Давыдов Алексей Петрович – доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
РГУФКСМиТ;

Львов Вячеслав Степанович – к.п.н., доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В.  
Тарасова РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных хоккеистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по хоккею для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» относится к вариативной части (Б1.В.ОД.16) по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность строить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерско-педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой) деятельности.

В течение всех четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать (поддерживать) личную физическую и технико-тактическую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, сформированные, прежде всего, при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)».

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы дидактики;</li> <li>- основы теории и методики физической культуры;</li> <li>- медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;</li> <li>- требования образовательных стандартов.</li> </ul>		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>- разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;</li> </ul>		7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.</li> </ul>		7
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</li> </ul>		5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей</li> </ul>		7



	занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.		
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.		3
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.		3
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.		3
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.		3
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.		6
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.		7
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.		3
	<i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.		5
	<i>Владеть:</i> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.		7

<b>ПК-11</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</li> <li>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</li> <li>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- методы планирования тренировочного процесса.</li> </ul>		6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>		6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>		6
<b>ПК-14</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>		4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</li> </ul>		5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>		5
<b>ПК-15</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</li> </ul>		7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>		7

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</li> <li>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul>		7

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

##### 4.1. Заочная форма обучения ускоренное обучение на базе ВПО

5. Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	4	5
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	2	6	
1.2. Физические качества хоккеиста	I	2	24	
1.3. Психические качества хоккеиста	I	2	4	
1.4. Техника хоккея	I	2	18	
1.5. Тактика хоккея	I	2	10	
<b>Итого за I семестр:</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	2	14	
2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	II	2	20	
2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея	II	2	20	
2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	II	2	21	
2.5. Методика психологической и теоретической подготовки	II	2	14	

хоккеистов				
<b>Итого за II семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>
<b>Итого за 1 год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>		<b>6</b>	<b>28</b>	
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	III	2	10	
3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	III	2	10	
3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	III	2	8	
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>		<b>4</b>	<b>34</b>	
4.1. Правила игры и методика судейства	III	2	18	
4.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	III	2	16	
<b>Итого за III семестр:</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	IV	2	10	
5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов	IV	2	30	
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	IV	4	27	
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	IV	2	22	
<b>Итого за IV семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>
<b>Итого за 2 год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации	V	2	12	
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	V	4	22	
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла	V	4	28	
<b>Итого за V семестр:</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	VI	2	26	
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	2	26	
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	VI	2	10	
7.4. Материально-техническое обеспечение	VI	2	10	
7.5. Научно-методическое обеспечение	VI	2	17	
<b>Итого за VI семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>
<b>Итого за 3 год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>		<b>12</b>	<b>90</b>	
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	VII	2	10	
8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	VII	2	16	
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	VII	2	16	

8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VII	2	16	
8.5. Восстановительные мероприятия	VII	2	16	
8.6. Профилактика травматизма	VII	2	16	
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>		<b>8</b>	<b>61</b>	
9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VII	2	9	
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VII	4	24	
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VII	2	28	
<b>Итого за 4 год обучения (экзамен):</b>		<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>
<b>Итого за весь курс обучения:</b>		<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>

## **РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов**

#### *Занятия семинарского типа*

Проанализировать двигательные режимы и содержание игровой деятельности полевого игрока и вратаря в ходе учебно-тренировочных занятий и контрольных игр.

#### *Самостоятельная работа*

Проанализировать содержание игровой деятельности вратаря на основе результатов педагогических наблюдений (по материалам видеозаписей игр Чемпионата КХЛ). Представить количественные показатели (объём, эффективность) основных технико-тактических действий вратарей различных команд в виде отчёта.

### **Тема 1.2. Физические качества хоккеиста**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование общей и специальной физической подготовленности. Упражнения по развитию физических качеств. Упражнения на развитие собственно-силовых, скоростно-силовых способностей, скоростно-силовой и силовой выносливости. Упражнения на развитие качества быстроты, избирательно на отдельные элементарные формы проявления быстроты (быстроты двигательной реакции, быстроты выполнения отдельного двигательного акта, частоту движений) и их комплексное проявление. Упражнения на развитие общей и специальной выносливости хоккеиста. Упражнения на развитие координационных качеств (ловкости) и гибкости.

Подбор и проведение студентами упражнений, преимущественно воздействующих на отдельные физические качества и их комплексное проявление.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить факторы, от которых зависит выносливость хоккеиста.

Составить блоки тренировочных заданий по совершенствованию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 1.3. Психические качества хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Определение уровня развития психических качеств хоккеиста: целеустремлённости, решительности, смелости, инициативности, выдержки и самообладания.

### ***Самостоятельная работа***

Описать психологические особенности игровой деятельности хоккеистов и сформулировать задачи общей психологической подготовки.

Дать характеристику волевых качеств хоккеиста и показать методику их воспитания.

Раскрыть методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

Определить задачи психологической подготовки к конкретному матчу.

## **Тема 1.4. Техника хоккея**

### **1.4.1. Техника полевого игрока**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование различных приёмов техники передвижения на коньках: бега скользящими и короткими шагами, бега скрестными шагами и спиной вперёд, стартов и торможения, поворотов и прыжков.



Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой: ведение и обводки, броски и удары шайбы, отбор шайбы клюшкой и с использованием силовых приёмов туловищем.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию различных приёмов техники передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой.

### *Самостоятельная работа*

Проанализировать различные приёмы техники полевого игрока: передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники полевого игрока.

- комплексы упражнений по совершенствованию техники бега на коньках лицом и спиной вперёд, скользящими короткими и скрестными шагами, с поворотами влево и вправо на 90°, 180° и 360°, старты и торможения, прыжки толчком одной и двумя ногами и др.;

- комплексы упражнений по совершенствованию приёмов техники скоростного маневрирования;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных способов ведения шайбы и обводки: длинной, короткой и силовой, в том числе с освоением и совершенствованием различных финтов;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники завершающих ударов и бросков шайбы в ворота, обеспечивающих их силу, точность, быстроту и скрытность выполнения;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных видов приёмов (остановок) передач шайбы, с акцентом на своевременность и точность выполнения преимущественно длинных, продольных и диагональных передач;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники отбора шайбы клюшкой и с помощью силовых приёмов туловищем: остановки и толчки соперника плечом, грудью и верхней задней частью бедра.

### **1.4.2. Техника вратаря**

Совершенствование техники передвижения вратаря на коньках. Основная стойка вратаря. Передвижение на параллельных коньках вдоль линии ворот. Передвижение выпадами и бегом короткими шагами с последующим откатом назад спиной вперёд. Торможение «плугом» и «полуплугом». Анализ техники ловли шайбы «ловушкой» и на туловище. Отбивание шайбы щитками, «блином» и клюшкой. Падение вратаря на колени, на бок и на грудь.

Проведение учебно-тренировочных занятий по разучиванию различных приёмов техники игры вратаря.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать технику игры вратаря: основная стойка, особенности передвижения на коньках, ловля шайбы «ловушкой», отбивание шайбы «блином», клюшкой, щитками. Падение вратаря на колени, на бок, прижимание шайбы, игра клюшкой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники вратаря.

## **Тема 1.5. Тактика хоккея**

### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор позиции, маневр с шайбой и без неё, опека противника, выполнение обязанностей в соответствии с игровым амплуа).

Совершенствование групповых и командных тактических действий в обороне и атаке в рамках определённых тактических систем.

#### ***Самостоятельная работа***

Составить тренировочные задания по тактической подготовке, направленные на совершенствование тактических вариантов игры в обороне и атаке в рамках современных тактических систем.

## **РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий различных организационно-методических форм: отдельной, групповой, круговой, поточной. Совершенствование управленческих действий тренера: выбор места, подача команд и т.д.

#### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению части урока по начальному обучению одному из основных приёмов техники полевого игрока, включая разработку плана-конспекта, реализацию словесных, наглядных, практических методов обучения и соблюдения основных дидактических принципов, воспитывающего обучения, самосовершенствование культуры речи.

### **Тема 2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий направленных на освоение частных методик обучения и совершенствования различных приёмов техники. Подбор соответствующих упражнений и методов их проведения в зависимости от структуры технического приёма, условий проведения и контингента занимающихся.

Выявление ошибок при выполнении упражнений и рациональное использование соответствующих подходов к их исправлению.

#### ***Обучение техническим приёмам полевого игрока, их совершенствование***

### **Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста.**

Техника передвижения на коньках широким (скользящим), коротким (ударным) шагом. Торможение и притормаживание на двух и одном коньке с поворотом на 90°, прыжком, «плугом», «полуплугом». Бег скрестным шагом. Изменение направления бега: переступанием, перебежкой, не отрывая коньков ото льда. Бег по виражу вправо, влево, по «восьмёрке», по кругу. Бег спиной вперёд без отрыва коньков ото льда; переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперёд по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмёрке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений (лицом, спиной и боком к направлению движения). Вращение прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и обеими ногами с «приземлением» на один и оба конька. Перемещение шагом. Бег на носках и «пятках» лезвий коньков лицом, боком, спиной вперёд. Опускание на одно и оба колена, падение. Различные кувырки с последующим принятием основной стойки.

**Техника владения клюшкой и шайбой.** Обучение держанию клюшки руками. Ведение шайбы. Ведение широкое, короткое, без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), при движении по прямой и по дугам.

Сочетание различных способов ведения шайбы перед собой, сбоку, вперёд-назад, по диагонали, с использованием коньков.

Броски. Обучение длинному броску с удобной и не удобной стороны слева и справа, с места, в движении. Обучение удару-броску с короткого и длинного замаха.

Передачи. Передача шайбы броском с удобной и неудобной стороны разного направления и длины. Обучение передаче подкидкой, ударам (с длинного и короткого замаха), коньком.

### ***Обучение техническим приёмам вратаря, их совершенствование***

**Техника передвижения на коньках.** Обучение и совершенствование основной стойки вратаря, скольжения, не отрывая коньков ото льда, передвижения по

дугам приставными шагами, передвижения выпадами (вперёд, в сторону), передвижения спиной вперёд, опускания на одно, два колена, падения на лёд (влево, вправо), торможения, поворотов, вращения и т.д.

**Техника ловли, отбивания, накрывания шайбы.** Ловля ловушкой шайбы, летящей с разной скоростью и на разной высоте с дальней, средней и близкой дистанции от ворот. Ловля шайбы, используя «блин» и «ловушку». Отбивание клюшкой шайбы, летящей или скользящей по льду со стороны руки с ловушкой и со стороны руки с клюшкой. Отражение щитками и коньком шайбы, летящей низко над льдом и скользящей по льду в сторону от вратаря.

### *Самостоятельная работа*

Дать характеристику основной схеме обучения техническим приёмам: создание представления об изучаемом приёме (объяснение, показ, имитация). Изучить применение метода расчленённого и целостного упражнения, а также выполнение приёма в упрощённых условиях, в движении, после ведения, приёма и передачи.

## **Тема 2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея**

### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий хоккеистов в атаке и обороне; методика обучения и совершенствования тактики игры вратаря.

Совершенствование различных индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию по совершенствованию индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне.

Проведение студентами занятий тактической направленности с обоснованием использованных средств и методов. В заключительной части разбор и обсуждение проведённого занятия и его оценка.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности методических подходов к обучению совершенствованию тактики хоккея.

Составление плана-конспекта для проведения занятия тактической направленности.

## **Тема 2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Выполнение упражнений по воспитанию физических качеств хоккеиста.

**Упражнения для воспитания силовых качеств.** Старты, рывки и торможения на коньках. Ударный бег на коньках с прыжками. Упражнения на коньках с преодолением различных сопротивлений и отягощений (упражнения с эспандером, утяжелёнными поясами, набивными мячами, утяжелёнными шайбами, клюшками, с партнёром). Упражнения в единоборствах за шайбу. Игры и игровые упражнения с переносом дозированных отягощений.

**Упражнения для воспитания быстроты.** Передвижения на коньках. Повторное пробегание коротких отрезков от 10 до 100 м из разных исходных положений в различных направлениях.

Бег с максимальной скоростью с резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, кругу, спирали, восьмёрке (лицом и спиной вперёд). Эстафеты и игры. Приём и быстрая передача шайбы. Игры и упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение шайбой, мячом и т.д.). Броски шайбы поточно, в борт, с регистрацией времени. Бег на коньках на 18, 36 и 54 м на время.

### **Упражнения для воспитания специальной выносливости.**

Упражнения в беге на коньках с разной продолжительностью, интенсивностью и интервалами отдыха (равномерный, переменный и интервальный бег). Разновидности челночного бега. Игры и игровые упражнения, проводимые в режимах, адекватных соревновательной деятельности.

**Упражнения для воспитания ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Ходьба и бег на «носках» и «пятках» коньков. Выбивание шайбы у партнёра в падении. Игра клюшкой и шайбой в необычных исходных положениях в условиях внезапно меняющихся ситуаций.

**Упражнения для воспитания гибкости.** Маховые упражнения руками, ногами, с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращения туловища, полушпагат, шпагат. Упражнения с клюшкой и партнёром, «мост» из положения лёжа, наклоны назад и другие упражнения для мышц, несущих основную нагрузку в игре.

В специальной физической подготовке вратаря также используются перечисленные упражнения, однако, методика их проведения более специфична и должна соответствовать структуре их соревновательной деятельности.

Проведение занятий студентами по воспитанию физических качеств хоккеиста (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости).

В заключение урока преподавателем проводится разбор, на котором даются обоснованный анализ и оценка действий студента (выбор им места, показ и объяснение, соответствие содержания урока поставленным задачам).

### ***Самостоятельная работа***

Изучить структуру скоростных качеств и особенности их проявления в соревновательной деятельности.

Дать характеристику выносливости хоккеиста и факторам, её определяющим.

Разработать тренировочные задания по воспитанию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов.**

### *Занятия семинарского типа*

Развитие и совершенствование оперативного мышления и волевых качеств.

Определение уровня психических функций хоккеистов.

### *Самостоятельная работа*

Разработать детальный план специальной психологической подготовки к конкретному матчу, включающий в себя:

- осознание значимости и особенностей предстоящего матча;
- изучение сильных и слабых сторон противника;
- формирование уверенности в своих силах для достижения победы;
- преодоление отрицательных эмоций;
- использование аутогенной и психорегулирующей тренировки.

## **РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства**

#### *Занятия семинарского типа*

Составление плана-конспекта и проведение примерного учебно-тренировочного урока с начинающими хоккеистами.

#### *Самостоятельная работа*



Подготовиться к проведению занятия по хоккею с детьми по месту жительства, включая разработку плана-конспекта.

### **Тема 3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Организация и планирование учебно-тренировочного процесса по хоккею в вузах, среднеспециальных учебных заведениях общеобразовательных школах.

Проведение занятий со школьниками разного возраста по совершенствованию техники и тактики хоккея.

#### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению урока по хоккею со школьниками старшего возраста, включая разработку плана-конспекта.

### **Тема 3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Особенности работы по хоккею с лицами среднего и пожилого возраста. Проведение и комплектование групп, и составление текущего плана учебно-тренировочной работы. Методика проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

Проведение учебно-тренировочных занятий с группами среднего и пожилого возраста по обучению и совершенствованию техники и тактики хоккея.

#### ***Самостоятельная работа***

Подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий по хоккею с группами среднего и пожилого возраста, включая разработку планов-конспектов.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Правила игры и методика судейства**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование навыков судейства соревнований по хоккею в качестве главного судьи или его помощника.

Анализ судейства соревнований по хоккею, выявление недостатков, ошибок в исполнении правил соревнований.

#### *Самостоятельная работа*

Подготовиться к практике организации судейства зачётных соревнований: изучить требования «Правил соревнований» к функциональным обязанностям назначенной судейской должности; устранить недостатки, исправить ошибки, выявленные при анализе предыдущего судейства.

### **Тема 4.2. Организация и проведение соревнований. Положения о соревнованиях**

#### *Занятия семинарского типа*

Проведение организационных мероприятий по подготовке и проведению соревнований. Составление положения о соревнованиях.

Составление календаря соревнований, проведение жеребьёвки.

#### *Самостоятельная работа*

Составить сетки соревнований по круговой, с выбыванием и комбинированной системам.

## **РАЗДЕЛ 5. СИСТЕМА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов**

#### *Занятия семинарского типа*

Динамика видов подготовки (физической, технической, тактической и соревновательной) и соотношение их объёмов в возрастном аспекте.

Содержание подготовки юных хоккеистов разного возраста по годам обучения.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

#### *Самостоятельная работа*

Содержание программ для ДЮСШ и СДЮШОР. Подобрать материал по видам подготовки на основе программ для различного возраста занимающихся.

### **Тема 5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов.**

#### *Занятия семинарского типа*

Средства, методы и методические подходы, применяемые в учебно-тренировочном процессе с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности учебной и воспитательной работы с группами предварительной подготовки, начальной специализации, углублённой специализации и спортивного совершенствования.

### **Тема 5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Построение базовых мезоциклов. Задачи, направленность и динамика тренировочных нагрузок, соотношение видов подготовки. Динамика средств и методов.

Построение собственно тренировочных микроциклов. Задачи, динамика и направленность нагрузок по дням микроцикла. Динамика средств и методов.

Проведение серии тренировочных занятий разной направленности в определённой методической последовательности по совершенствованию технической и тактической подготовленности, обеспечивающей реализацию модели построения тренировочного микроцикла.

### ***Самостоятельная работа***

Охарактеризовать модели построения мезо- и микроциклов на общеподготовительном этапе.

Составить схемы распределения нагрузки в общеподготовительном и восстановительном микроциклах.

### **Тема 5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение различных видов занятий, направленных на воспитание физических качеств и совершенствование техники и тактики хоккея: тематических (однонаправленных), комплексных (разнонаправленных), восстанавливающих, поддерживающих, развивающих, индивидуальных, групповых, командных.

Подготовка, проведение и анализ примерных тренировочных занятий различных видов и форм.

Проведение студентами занятий различных форм и видов, с последующим разбором и обсуждением.

### ***Самостоятельная работа***

Сущность и значение круговой и поточной форм проведения тренировочного процесса. Разработать варианты круговой и поточной тренировки с учётом особенностей их проведения.

## **РАЗДЕЛ 6. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

### **Тема 6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Цель определяет структуру и содержание системы и отражает конечный результат деятельности тренера и хоккеистов.

Системно-структурный подход к разработке и обоснованию системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Состав и структура системы. Характеристика содержания первого (верхнего) уровня (тренировка, соревнование и восстановление) системы.

Характеристика содержания второго (нижнего) уровня системы (кадры, материально-методическое обеспечение).

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

### *Самостоятельная работа*

Отличительные черты отечественной системы подготовки хоккеистов в сравнении с системами ведущих хоккейных стран.

## **Тема 6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации.**

### *Занятия семинарского типа*

Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

### *Самостоятельная работа*

Особенности построения физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

Составить планы-конспекты и подготовиться к проведению практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

## **Тема 6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла**

### *Занятия семинарского типа*

План подготовки команды к официальным соревнованиям.

Подготовка и проведение студентами комплексных тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки, при этом задачи занятия – средства и методы должны

соответствовать конкретным этапам, мезо- и микроциклу и тренировочному дню.

К плану-конспекту студент прилагает объяснительную записку с обоснованием построения данного тренировочного занятия.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла.

## **РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем**

#### ***Занятия семинарского типа***

Методика начального отбора. Методика определения игровых способностей, физического развития, технико-тактических способностей, игрового (оперативного) мышления. Метод экспертной оценки.

Особенности отбора кандидатов и комплектование сборных молодёжных команд (17-18 и 19-20 лет).

Проведение серии учебно-тренировочных игр.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнить практические задания и подготовить отчёты по оценке готовности кандидатов в сборную команду юниоров по результатам педагогических наблюдений, тестирований и прямого общения.

### **Тема 7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации**

#### ***Занятия семинарского типа***

Состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране.

Сбор и изучение информации о рекомендуемых кандидатах.

Динамические наблюдения за кандидатами в ходе внутреннего чемпионата. Критерии оценки кандидатов. Взаимосвязь тренеров сборных и клубных команд в ходе отбора. Углублённое изучение кандидатов на тренировочных сборах.

Принципы комплектования звеньев команды.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию технико-тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Педагогические наблюдения за игровой деятельностью хоккеистов-кандидатов в сборную команду с оценкой индивидуальных технико-тактических действий.

## **Тема 7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею**

### ***Занятия семинарского типа***

Организация и проведение семинаров по подготовке тренеров-общественников по хоккею.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности подготовки кадров в специализированных вузах. Виды и сроки обучения. Структуру и содержание обучения.

Составить примерный план проведения семинара для тренеров-общественников в объёме 45 часов.

## **Тема 7.4. Материально-техническое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Материально-техническое обеспечение как важный фактор эффективности проведения процесса подготовки хоккеистов, его задачи и содержание.



Характеристика видов материально технического обеспечения. Современные технические средства и аппаратура. Устройства, применяемые в хоккее.

Строительство спортооружений: катков с искусственным льдом, залов для занятий атлетизмом. Обеспечение необходимых условий для нормального проведения занятий: ледовая арена, отвечающая необходимым требованиям (должное состояние льда и освещённости, наличие соответствующего оборудования и инвентаря).

Анализ современных технических средств и методика их использования в процессе подготовки хоккеистов.

Современная учебно-тренировочная база и её обеспечение необходимым оборудованием, инвентарём, техническими средствами.

Проблема оптимального обеспечения в быту и на тренировочных сборах (место проживания, зарплата, питание, отдых, культурные программы и др.).

### ***Самостоятельная работа***

Ознакомиться с учебно-тренировочной базой одной из команд КХЛ, её оснащением тренажёрным и специальным оборудованием, условиями проживания и быта спортсменов и тренеров.

## **Тема 7.5. Научно-методическое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи и организация научно-методического обеспечения подготовки хоккеистов. Характеристика разделов работы по научно-методическому обеспечению: прогнозирование, моделирование, программирование, отбор, реализация программ и планов, комплексный контроль.

Формирование комплексных научных групп (КНГ).

Задачи и содержание работы педагогического и медико-биологического секторов КНГ.

Разработка рекомендаций по повышению эффективности процесса подготовки хоккеистов – как наиболее важная результирующая функция деятельности КНГ.

Взаимосвязь работы комплексной научной группы и тренерского состава.

Принципы организации комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению подготовки команд высокой квалификации.

Задачи, стоящие перед КНГ и содержание её работы. Взаимодействие с тренерским составом.

Анализ содержания основных разделов работы КНГ (прогнозирование, моделирование, программирование, контроль) по научно-методическому обеспечению подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Планирование и отчётность работы КНГ. Разработка долгосрочных и текущих планов.

Технология составления текущих и итоговых планов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить организацию и методику проведения работы по научно-методическому обеспечению подготовки и выступлению сборных команд юниоров (17-18 лет).

## **РАЗДЕЛ 8. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 8.1. Программирование подготовки хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Программирование – как основанная функция управления процессом подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методические подходы к разработке комплексных целевых программ на олимпийский цикл подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Технология разработки текущих и оперативных программ и планов.  
Основные требования, предъявляемые к планам.

Основные этапы разработки плана:

- сбор и анализ информации;
- прогнозирование;
- моделирование;
- формирование плана (постановка цели и задач, распределение нагрузок разного характера и направленности, динамика средств и методов);
- внесение коррекции (в ходе реализации плана).

Составление текущих (на годичный цикл) и оперативных (на мезоцикл) программ и планов подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработка программ и планов подготовки хоккеистов на годичный цикл.

Составление оперативных планов на мезо- и микроциклы.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годичного цикла.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности программирования (планирования) процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработать индивидуальный план для одного из хоккеистов команды высокой квалификации в соответствии с его возрастом, уровнем здоровья, функциональной и специальной подготовленностью и выполняемыми функциональными обязанностями в игре (вратарь, защитник, нападающий).

Разработать и защитить план на годичный цикл подготовки юных хоккеистов старшего возраста.

## **Тема 8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Контроль как важная составляющая системы подготовки хоккеистов. Этапный, текущий и оперативный контроль. Контроль психолого-педагогический и медико-биологический.

Контроль соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок и эффективности соревновательной и тренировочной деятельности.

Контроль уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов.

Контроль в системе подготовки юных хоккеистов.

Контроль в системе подготовки хоккеистов высокой квалификации. Этапный, текущий и оперативный контроль. Содержание углублённого медицинского обследования (УМО), этапного комплексного обследования (ЭКО), текущего контроля.

Содержание и методика проведения этапных комплексных обследований в годичном цикле подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методика обследования соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов, в том числе с помощью технических средств и компьютерных технологий.

Проведение студентами тестирующих процедур по оценке уровня специальной физической подготовленности хоккеистов, а также обследование соревновательной деятельности хоккеистов с использованием современных инструментальных методик и компьютерных технологий.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику оценки уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов. Разработать систему тестов по оценке физической и технико-тактической подготовленности хоккеистов.

Провести тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической подготовленности юных хоккеистов ДЮСШ и СДЮШОР. Подготовить и защитить отчёт.

## **Тема 8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Современные подходы к системе управления подготовкой хоккеистов.

Основные функции управления тренировочной деятельностью хоккеистов (программирование, реализация планов тренировки, контроль тренировочного процесса).

Основные средства и методы управления тренировочной деятельности хоккеистов.

Подходы к оптимизации тренировочного процесса. Формирование в тренировочном процессе игровых концепций команды.

Характеристика стратегического управления тренировочным процессом на относительно продолжительных временных отрезках. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов. Обеспечение надлежащих материально-технических условий проведения тренировочного процесса. Доукомплектование состава команды. Создание нормального работоспособного коллектива единомышленников.

Проведение практических занятий разной направленности с акцентами на демонстрацию управленческой деятельности тренера.

Проведение студентами комплексных тренировочных занятий с акцентом на оценку управленческой деятельности проводящего – тренера.

### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать методические подходы к разработке плана предстоящего матча. Изучить методику проведения установки и управления тренером игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча, с последующим разбором матча.

Разработать план предстоящего матча и подготовить его к апробации в предигровой тренировке.

## **Тема 8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов**

### *Занятия семинарского типа*

Виды управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Характеристика стратегического управления. Организационные, методические и руководящие действия тренера, направленные на проведение подготовительных, контрольных и официальных игр.

Составление плана подготовительных игр с определением их количества и последовательности с конкретными командами-соперницами. Определение стратегической линии в проведении различных мероприятий в ходе официальных матчей.

Характеристика оперативного управления. Подготовка хоккеистов к матчу и управление их действиями в ходе матча.

Характеристика и методика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Сбор информации о противнике.

Разработка студентами плана предстоящего матча с конкретным противником. Уточнение плана после предигровой тренировки. Установка на матч и управление игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча. Указания в перерывах. Разбор матча с оценкой степени выполнения плана хоккеистами и управленческой деятельности тренера.

### *Самостоятельная работа*

Изучить и проанализировать методические подходы к организации и проведению оперативной управленческой деятельности тренера при подготовке и проведении конкретного матча.

Разработать план предстоящего матча с конкретным противником.

## **Тема 8.5. Восстановительные мероприятия**

### *Занятия семинарского типа*

Виды и значимость восстановительных мероприятий как составной части системы подготовки хоккеистов.

Психолого-педагогические восстановительные мероприятия, строгая нормирование нагрузок, переключение на другой вид деятельности (активный отдых). Борьба с монотонностью занятий, повышение интереса и эмоционального настроения. Применение развлекательных мероприятий, аутогенной и психорегулирующей тренировки.

Медико-биологические восстановительные мероприятия. Фармакологические препараты. Физические средства: баня, массаж, барокамеры, свето- и магнитопроцедуры и др.

Тактика применения средств восстановления на отдельных этапах годового цикла.

Изучение методик использования различных средств восстановления.

Ознакомление с работой восстановительных центров ведущих хоккейных клубов.

Проведение студентами педагогических и гигиенических средств восстановления.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику комплексного применения различных средств восстановления.

## **Тема 8.6. Профилактика травматизма**

### ***Занятия семинарского типа***

Характеристика видов травматизма в хоккее: ушибы, рассечения, растяжения мышц ног и плечевого пояса, травмы коленного и голеностопного суставов и др.

Профилактика травматизма. Научно и методически обоснованный режим тренировок и отдыха.

Грамотное использование эффективных средств восстановления.

Анализ методических подходов по профилактике травматизма в хоккее. Соблюдение основных методических положений при ведении учебно-тренировочного процесса.

Строгое нормирование тренировочных нагрузок. Качественная подготовка органов, функциональных систем и двигательного аппарата в подготовительной части занятий. Обеспечение нормальных условий проведения занятий, высококачественным защитным инвентарём: шлемы, маски, щитки и др.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить причины травматизма в хоккее, а также основные мероприятия, средства и методы по его профилактике:

- преодоление причин, обуславливающих травматизм (нерегулярность занятий, несоблюдение санитарно-гигиенических требований, отсутствие врачебного контроля и др.);
- правильная организация учебно-тренировочного процесса;
- воспитание физических качеств в соответствии с особенностями хоккея;
- подбор наиболее рациональных (с учётом индивидуальных особенностей спортсмена) упражнений;
- постоянный контроль состояния здоровья и самочувствия хоккеистов.

## **РАЗДЕЛ 9. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Тема 9.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

#### ***Занятия семинарского типа***

Особенности УИРС по хоккею.



Изучение методов и методик исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Выполнение лабораторных, курсовых и выпускных квалификационных работ экспериментального характера.

#### ***Самостоятельная работа***

Изучить теоретический курс НИР.

### **Тема 9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Планирование и организация исследований. Подбор и назначение методов и методик исследования, соответствующих цели и задачам исследования. Определение контингента испытуемых. Проведение корректных обследований и тестирующих процедур.

Изучение и овладение методами и методиками исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Обследования студентами соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

#### ***Самостоятельная работа***

Совершенствование навыков инструментальной оценки уровня общей и специальной физической подготовленности хоккеистов, а также оценки уровня их технико-тактического мастерства.

## **РАЗДЕЛ 10. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТА СТУДЕНТОВ**

### **Тема 10.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

### *Занятия семинарского типа*

Основные задачи НИР по хоккею. Состояние НИР по хоккею в настоящее время и перспективы её развития. Проблематика научных исследований по хоккею.

Определение основных направлений исследований. Внедрение научных исследований по хоккею в практику подготовки хоккеистов.

Организация научных исследований. Выбор темы исследования. Определение направления исследования.

Составление плана исследования. Формирование рабочей гипотезы исследования. Подбор методов и методик исследований.

Обеспечение контингента испытуемых и условий исследования.

### *Самостоятельная работа*

Ознакомиться с работой смежных научно-исследовательских организаций и комплексных научных групп (КНГ).

Изучить перспективы НИР: определение основных направлений исследования - в технике, в физической и психологической подготовке, в методике тренировки. Внедрение результатов в практику.

## **Тема 10.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею**

### *Занятия семинарского типа*

Характеристика групп методов, преимущественно используемых студентами при выполнении выпускных квалификационных работ: теоретический анализ литературы, педагогические наблюдения, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Характеристика используемых инструментальных методик и технических средств: измерительный комплекс «Хоккей», измерительный стенд, электронная дорожка, спорт-тестеры, видеотехника, компьютерные технологии.

Метрологический контроль научной аппаратуры.

Планирование и организация исследований.

Изучение и овладение методами и методиками научных исследований.

Проведение студентами исследований в плане выполнения выпускных квалификационных работ.

Обследование соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Проведение тестов и тестирующих процедур по оценке уровня подготовленности хоккеистов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методы и методики исследований. Подбор и назначение методик, соответствующих цели и задачам исследований. Информативность методик. Рациональный выбор измерительной и регистрирующей аппаратуры. Специальные и портативные методики, используемые в хоккее. Виды получаемой информации (графическая, цифровая), её обработка. Частные методики. Требования, предъявляемые к научным методикам исследования.

## **Тема 10.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи, значение и особенности НИР и УИРС по хоккею.

Формы проведения НИР и УИРС. Учебные и лабораторные занятия. Сообщения, доклады, рефераты, заседания научного студенческого кружка, конференции, семинары.

Требования к выполнению выпускных квалификационных работ. Структура выпускной квалификационной работы. Написание введения, отдельных глав, заключения, выводов, их логическая взаимосвязь и соответствующее оформление работы. Подбор иллюстративного материала. Корректировка текстового и табличного материала.

Технология написания и оформления выпускной квалификационной работы.

Технология написания доклада к защите выпускной квалификационной работы. Подбор иллюстративного материала и корректировка текста по содержанию, логике изложения и времени.

Предварительная апробация выпускных квалификационных работ.

### ***Самостоятельная работа***

Выполнение и оформление выпускной квалификационной работы. Окончательная корректировка доклада, взаимосвязи текста и иллюстраций. Репетиция доклада. Вопросы по содержанию работы и соответствующие ответы.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### ***Вопросы для устного ответа на экзамене***

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
4. Силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Скоростные и скоростно-силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
7. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
8. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
9. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.

10. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
11. Определение и характеристика выносливости хоккеиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
12. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
13. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
14. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
15. Характеристика координационных качеств хоккеиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
16. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
17. Раскройте понятия и классификацию техники хоккея, структуру технического приема. Признаки классификации.
18. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
19. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность бросков и ударов шайбы.
20. Раскройте понятия и классификацию тактики хоккея.
21. Покажите тактические варианты организации атаки- выход из зоны защиты.
22. Покажите тактические варианты завершающей фазы атаки с хода.
23. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
24. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном хоккее.
25. Раскройте принципы командных оборонительных действий хоккеистов.
26. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 2:1:2.

27. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 1:4.

28. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения хоккеистов технико-тактическим приемам игры.

## 2 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с хоккеистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества хоккеистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения хоккеиста на коньках, классификация. Биомеханический анализ бега скользящими шагами. Методика обучения бегу скользящими шагами.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов и бросков шайбы. Виды бросков и их характеристика. Биомеханический анализ броска шайбы. Методика обучения и совершенствования.
7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов хоккеиста на коньках. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.

10. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Техника отбора шайбы с применением силовой борьбы. Виды силовых проявлений и их характеристика. Методика обучения отбора шайбы с применением силовой борьбы.
12. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
13. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения и отбивания шайбы.
14. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
15. Техника бега спиной вперёд. Виды техники бега спиной вперёд и их характеристики. Анализ техники бега спиной вперёд скрестными шагами и методика обучения.
16. Скоростная подготовка в структуре тренировки хоккеистов.
17. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучению продвижению вратаря на коньках.
18. Определение и характеристика выносливости хоккеиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности хоккеиста
19. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
20. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
21. Индивидуальные технико-тактические действия хоккеистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.



22. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
23. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
24. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
25. Групповые тактические действия хоккеистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
26. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
27. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
28. Воспитание выносливости в системе тренировки хоккеистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годичного цикла.
29. Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 1-4.
30. Характеристика ловкости, или координационных способностей хоккеиста. Факторы, определяющие ловкость хоккеиста.
31. Командная тактика обороны. Характеристика активных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 2-1-2.
32. Методика воспитания ловкости у хоккеистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
33. Контратаки из различных углов хоккейной площадки. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
34. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.

35. Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
36. Психологическая подготовка хоккеиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
37. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки хоккеиста.
39. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
40. Организация и проведение соревнований по хоккею. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
41. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.

### 3 курс

#### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных хоккеистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных хоккеистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных хоккеистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности хоккеистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных хоккеистов.
9. Особенности технической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.

10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных хоккеистов.
12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных хоккеистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных хоккеистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности хоккеистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского хоккея в нашей стране.
20. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годичного цикла тренировки хоккеистов.
24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.

29. Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.
31. Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке хоккеистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.

#### 4 курс

##### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.
2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных хоккеистов.
3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.
4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.
5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годового цикла.
6. Основные направления научных исследований по хоккею.

7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.
8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.
9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях хоккеем. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности хоккеистов.
19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности хоккеистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование, Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, Технология составления оперативных планов.
24. Питание хоккеиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.

- 25.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
- 26.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в хоккее тестов.
- 27.Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.
- 28.Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
- 29.Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.
- 30.Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
- 31.Материально-техническое обеспечение процесса подготовки хоккеистов.
- 32.Структура и содержание тренировочного занятия.
- 33.Педагогический контроль в тренировке хоккеистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности хоккеистов.
- 34.Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.
- 35.Текущий контроль в подготовке хоккеистов. Оценка соревновательной деятельности.
- 36.Контроль тренировочной деятельности хоккеистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 37.Характеристика физических нагрузок.
- 38.Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 39.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью хоккеистов.
- 40.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) основная литература:

1. Азбука хоккея с шайбой : [пер. со швед, яз.] / авт. проекта Томми Боустедт ; Федер. хоккея Респ. Беларусь, Федер. хоккея Швеции. - Минск: Белорус, энцикл. им. Петруся Бровки, 2011. - 360 с.: ил.
2. Горбунов В.В. История зимних олимпийских видов спорта / В.В. Горбунов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.
3. Кирсанова Л.В. Психология судейства в хоккее на льду / Л.В. Кирсанова, А.А. Поляков. - М.: Сов. спорт, 2012. - 82 с.: табл
4. Ледовые арены : [учеб. пособие] : [утв. метод. Советом Федер. гос. образоват. учреждения проф. образования "Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петербур."] / [под общ. ред.: Жестянкикова Л.В., Загайнова М.В.] ; Автоном. некоммерч. орг. "Организац. ком. 22 Олимп, зим. игр и 11 Паралимп. зим. игр 2014 г. в г.Сочи". - М.: [Б. м.]; СПб., 2011. - 280 с: ил.
5. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень D / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича, В.Л. Звонкова]. - М.: Человек, 2012. – 84с.: ил.
6. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень С / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 83с.: ил.
7. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень В / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 80с.: ил.
8. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень А / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 94с.: ил.

9. Савин В.П. Теория и методика хоккея : учеб. для студентов акад. и вузов физ. культуры по направлению 521900; по спец. 022300 : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Савин Валентин Павлович. - М.: ACADEMIA, 2003. - 399 с.: ил.
10. Савин В.П. Оценка уровня физической подготовленности хоккейных вратарей 15-16 лет и его динамики в подготовительном периоде : метод, разраб. для студентов РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.В. Крутских. - М.: Физ. культура, 2006. - 24 с.: ил.
11. Савин В.П. Технология планирования учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ : метод, разраб. для студентов и слушателей ИППК РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.С. Львов. - М.: Физ. культура, 2006. - 23 с.: ил.
12. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей) : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - бакалавр : форма обучения - оч. и заоч. : [утв. и рек. эмс "РГУФКСМиТ"] / [сост.: Давыдов Алексей Петрович, Крутских Владислав Вячеславович] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет, образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 36 с. : табл.
13. Твист П. Хоккей: теория и практика . предисл. Павла Буре. - М.: Астрель: АСТ, 2009. – 288 с.: ил.
14. Тихомиров А.К. Управление подготовкой в спорте : монография / А.К. Тихомиров; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: Кн. И Бизнес, 2010. - 229 с.: ил.

б) дополнительная литература:

1. Букатин А.Ю. Хоккей / Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. - М.: ФиС, 2000. - 182 с.: ил.
2. Игра вратаря в хоккее с шайбой : Техн. приемы, доказавшие эффективность и помогающие вратарям надежно защищать свои ворота



[пер. с англ.] = Hockey goaltending : Proven techniques for dominating the net / под ред. Брайана Даккорда = Brian Daccord editor. - Киев: Олимп. лит., 2013. - 263 с.: ил.

3. Никонов Ю.В. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю.В. Никонов. – Минск : Витпостер, 2014.- 576 с.
4. Петрушкина Н.П. Комплексный контроль в системе управления подготовкой высококвалифицированных хоккеистов : учеб. пособие предназначено для студентов направления 032100 специальности 032101 / Н.П. Петрушкина, Е.Ф. Сурина-Марышева, В.А. Пономарева ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ. культуры. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2007. - 68 с.: табл.
5. Савин В.П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: Рек. УМО по образованию в области физ. культуры и спорта : учеб. пособие / Савин В.П., Удилов Г.Г., Крутских В.В.; РГАФК. - М., 2002. - 61 с: табл.
6. Тарасов А.В. Хоккей. Родоначальники и новички / А.В. Тарасов. – Москва: Эксмо, 2015. – 408 с.: ил.
7. Черепкина Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) : [учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта, обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101] : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Л.П. Черепкина, В.Г. Тристан ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. анатомии и физиологии. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2006. - 80 с: ил.
8. Шестаков М.П. Специальная физическая подготовка хоккеистов / Шестаков М.П., Назаров А.П., Черенков Д.Р. - [М.]: СпортАкадемПресс, 2000. - 143 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

*Справочно-информационные сайты:*

http://www.iihf.com,  
http://www.fhr.ru,  
http://www.khl.ru,  
http:// www.kidshockey.ru  
http://www.fhmoscow.com

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской (УСЗК, кафедра ТИМ хоккея им. А.В. Тарасова, 148, 124).
- Музей истории хоккея – около 250 экспонатов.
- Коробка хоккейная (2008 г.в.).
- Станок для заточки коньков.
- Форма хоккейная – 60 комплектов для полевых игроков, 4 комплекта для вратаря.

### Научная аппаратура и оргтехника (год выпуска)

- Видеокамера SONY HDR-НС7Е – 2011 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300М – 2013 г.
- Компьютер комплектации «Стандарт» - 2008 г. (14 шт.)
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»
- Конференция-приставка «Система» ТФК-12М – 2008 г.
- Конференция-приставка «Система» ТФС-6/1 – 2008 г.
- Многофункциональное устройство Canon I-SENSYS MF-4120 – 2010 г.
- Мониторы сердечного ритма: ACCUREX PLUS, VantageNV, A Unterface
- Ноутбук Intel 2000 T550 – 2007 г.
- Ноутбук экран 13” TOSHIBA Satellite V400-18E-PU – 2009 г.
- Плеер компактный с поддержкой HDMI и выходом DVI/HDMI – 2012 г.
- Проектор BenQ SVGA в компьютере с проводом Kramer XGA 23 м. – 2013 г.
- Рекордер DVD/HDV BDK DW9955K – 2009 г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 2 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Опрос по теме «Структура соревновательной деятельности хоккеистов»	5
2.	Контрольная работа по теме «Физические качества хоккеиста»	5
3.	Коллоквиум на тему «Психические качества хоккеиста»	10
4.	Контрольная работа по теме «Техника хоккея»	5
5.	Подготовка реферата по теме «Тактика хоккея»	10
6.	Подготовка доклада на тему «Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности»	10
7.	Опрос по теме «Методика обучения и совершенствования техники хоккея»	5
8.	Подготовка доклада на тему «Методика обучения и совершенствования тактики хоккея»	10
9.	Тестирование на тему «Методика воспитания физических качеств хоккеиста»	5
10.	Контрольная работа на тему «Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов»	5
11.	Посещение занятий	10:10=1,0 за занятие
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Методика подготовки хоккеистов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки/ специальности *49.03.01 Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной ускоренной формы обучения

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 4 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Подготовка доклада по теме «Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства»	10
2.	Опрос по теме «Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах»	5
3.	Контрольная работа по теме «Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста»	5
4.	Тестирование по теме «Правила игры и методика судейства»	5
5.	Подготовка доклада по теме «Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях»	10
6.	Опрос по теме «Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов»	5
7.	Подготовка доклада по теме «Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов»	10
8.	Подготовка реферата по теме «Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов»	10
9.	Коллоквиум по теме «Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения»	10
10.	Посещение занятий	10:10=1,0 за занятие
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10
3	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система многолетней подготовки юных хоккеистов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной ускоренной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Опрос по теме «Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации»	5
2.	Подготовка доклада по теме «Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации»	10
3.	Коллоквиум по теме «Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла»	10
4.	Тестирование по теме «Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем»	10
5.	Круглый стол по теме «Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации»	10
6.	Контрольная работа по теме «Подготовка тренерских кадров по хоккею»	10
7.	Опрос по теме «Материально-техническое обеспечение»	5
8.	Подготовка доклада по теме «Научно-методическое обеспечение»	10
9.	Посещение занятий	10:10=1,0 за занятие
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система подготовки хоккеистов высокой квалификации»	10
2	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10



### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 4 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной ускоренной формы обучения

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: 7 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Контрольная работа по теме «Программирование подготовки хоккеистов»	5
2.	Коллоквиум по теме «Контроль в системе подготовки хоккеистов»	10
3.	Круглый стол по теме «Управление тренировочным процессом»	10
4.	Подготовка реферата по теме «Управление соревновательной деятельностью хоккеистов»	10
5.	Контрольная работа по теме «Восстановительные мероприятия»	5
6.	Тестирование по теме «Профилактика травматизма»	5
7.	Контрольная работа по теме «Задачи и организация НИР по хоккею»	5
8.	Круглый стол по теме «Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею»	10
9.	Коллоквиум по теме «НИР и УИРС в процессе обучения студентов»	10
10.	Посещение занятий	10:10=1,0 за занятие
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка реферата по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10
2	Подготовка реферата по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц (720 академических часов).

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-7 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка специалиста, способного успешно, на современном научно-методическом уровне работать во всех типах образовательных учреждений, в организациях и предприятиях в качестве инструктора, инструктора-методиста и преподавателя физической культуры, а также в качестве тренера по хоккею в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
<b><i>ОПК-2</i></b>	способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
<b><i>ОПК-3</i></b>	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки
<b><i>ОПК-5</i></b>	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений
<b><i>ОПК-8</i></b>	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта
<b><i>ПК-10</i></b>	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся
<b><i>ПК-11</i></b>	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы

	и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта
<b>ПК-14</b>	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности
<b>ПК-15</b>	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### 5.1. Заочная форма обучения ускоренное обучение на базе ВПО

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	4	5
Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов		10	62	
Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов		10	89	
Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею		6	28	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею		4	34	
Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов		10	89	
Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации		10	62	
Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов		10	89	
Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов		12	90	
Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		8	61	
<b>Итого за весь курс обучения:</b>		<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 19 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 22 апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Давыдов Алексей Петрович – доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
РГУФКСМиТ;

Львов Вячеслав Степанович – к.п.н., доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В.  
Тарасова РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных хоккеистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по хоккею для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» относится к вариативной части (Б1.В.ОД.16) по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность строить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерско-педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой) деятельности.

В течение всех четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать (поддерживать) личную физическую и технико-тактическую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, сформированные, прежде всего, при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)».

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы дидактики;</li> <li>- основы теории и методики физической культуры;</li> <li>- медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;</li> <li>- требования образовательных стандартов.</li> </ul>		2
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>- разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;</li> </ul>		7
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.</li> </ul>		8
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>		2
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</li> </ul>		2
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей</li> </ul>		8

	занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.		
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.		1
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.		1
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.		8
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.		1
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.		3
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.		8
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.		1
	<i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.		2
	<i>Владеть:</i> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.		8

<b>ПК-11</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</li> <li>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</li> <li>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- методы планирования тренировочного процесса.</li> </ul>		3
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>		6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>		6
<b>ПК-14</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>		1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</li> </ul>		2
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>		2
<b>ПК-15</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</li> </ul>		6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>		6



	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</li> <li>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul>		8

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

##### 4.1. Заочная форма обучения

5. Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	4	5
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	2	6	
1.2. Физические качества хоккеиста	I	2	12	
1.3. Психические качества хоккеиста	I	2	8	
1.4. Техника хоккея	I	2	20	
1.5. Тактика хоккея	I	2	16	
<b>Итого за I семестр:</b>		<b>10</b>	<b>62</b>	
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>71</b>	
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	2	10	
2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	II	2	20	
2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея	II	2	18	
2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	II	2	22	
2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов	II	2	11	
<b>Итого за II семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>71</b>	<b>9</b>

<b>Итого за 1 год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>		<b>6</b>	<b>36</b>	
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	III	2	12	
3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	III	2	12	
3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	III	2	12	
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>	III	<b>4</b>	<b>44</b>	
4.1. Правила игры и методика судейства	III	2	22	
4.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	III	2	22	
<b>Итого за 3 семестр:</b>		<b>10</b>	<b>80</b>	
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>		<b>20</b>	<b>115</b>	
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	IV	2	28	
5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов	IV	8	61	
<b>Итого за IV семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>
<b>Итого за 2 год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	V	6	16	
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	V	4	10	
<b>Итого за V семестр:</b>		<b>10</b>	<b>26</b>	
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>		<b>10</b>	<b>35</b>	
6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации	VI	2	6	
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	VI	2	14	
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла	VI	6	15	
<b>Итого за VI семестр (экзамен):</b>		<b>10</b>	<b>35</b>	<b>9</b>
<b>Итого за III год обучения:</b>		<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>103</b>	
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	VIII	2	33	
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VIII	2	28	
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	VIII	2	16	
7.4. Материально-техническое обеспечение	VIII	2	10	
7.5. Научно-методическое обеспечение	VIII	2	16	
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>		<b>10</b>	<b>30</b>	
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	VIII	2	10	
8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	VIII	2	6	
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	VIII	2	4	
8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VIII	2	4	
8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	2	2	

8.6. Профилактика травматизма	VIII	-	4	
<b>Итого за IV год обучения (экзамен):</b>		<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>		<b>10</b>	<b>79</b>	
9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	X	4	15	
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	X	8	34	
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	X	8	30	
<b>Итого за V год обучения (экзамен):</b>		<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>
<b>Итого за весь курс обучения:</b>		<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>

## РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОККЕИСТОВ

### Тема 1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов

#### *Занятия семинарского типа*

Проанализировать двигательные режимы и содержание игровой деятельности полевого игрока и вратаря в ходе учебно-тренировочных занятий и контрольных игр.

#### *Самостоятельная работа*

Проанализировать содержание игровой деятельности вратаря на основе результатов педагогических наблюдений (по материалам видеозаписей игр Чемпионата КХЛ). Представить количественные показатели (объём, эффективность) основных технико-тактических действий вратарей различных команд в виде отчёта.

### Тема 1.2. Физические качества хоккеиста

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование общей и специальной физической подготовленности. Упражнения по развитию физических качеств. Упражнения на развитие собственно-силовых, скоростно-силовых способностей, скоростно-силовой и силовой выносливости. Упражнения на развитие качества быстроты,

избирательно на отдельные элементарные формы проявления быстроты (быстроты двигательной реакции, быстроты выполнения отдельного двигательного акта, частоту движений) и их комплексное проявление. Упражнения на развитие общей и специальной выносливости хоккеиста. Упражнения на развитие координационных качеств (ловкости) и гибкости.

Подбор и проведение студентами упражнений, преимущественно воздействующих на отдельные физические качества и их комплексное проявление.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить факторы, от которых зависит выносливость хоккеиста.

Составить блоки тренировочных заданий по совершенствованию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 1.3. Психические качества хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Определение уровня развития психических качеств хоккеиста: целеустремлённости, решительности, смелости, инициативности, выдержки и самообладания.

### ***Самостоятельная работа***

Описать психологические особенности игровой деятельности хоккеистов и сформулировать задачи общей психологической подготовки.

Дать характеристику волевых качеств хоккеиста и показать методику их воспитания.

Раскрыть методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

Определить задачи психологической подготовки к конкретному матчу.

## **Тема 1.4. Техника хоккея**

### **1.4.1. Техника полевого игрока**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование различных приёмов техники передвижения на коньках: бега скользящими и короткими шагами, бега скрестными шагами и спиной вперёд, стартов и торможения, поворотов и прыжков.

Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой: ведение и обводки, броски и удары шайбы, отбор шайбы клюшкой и с использованием силовых приёмов туловищем.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию различных приёмов техники передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать различные приёмы техники полевого игрока: передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники полевого игрока.

- комплексы упражнений по совершенствованию техники бега на коньках лицом и спиной вперёд, скользящими короткими и скрестными шагами, с поворотами влево и вправо на 90°, 180° и 360°, старты и торможения, прыжки толчком одной и двумя ногами и др.;

- комплексы упражнений по совершенствованию приёмов техники скоростного маневрирования;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных способов ведения шайбы и обводки: длинной, короткой и силовой, в том числе с освоением и совершенствованием различных финтов;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники завершающих ударов и бросков шайбы в ворота, обеспечивающих их силу, точность, быстроту и скрытность выполнения;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных видов приёмов (остановок) передач шайбы, с акцентом на своевременность и точность выполнения преимущественно длинных, продольных и диагональных передач;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники отбора шайбы клюшкой и с помощью силовых приёмов туловищем: остановки и толчки соперника плечом, грудью и верхней задней частью бедра.

#### **1.4.2. Техника вратаря**

Совершенствование техники передвижения вратаря на коньках. Основная стойка вратаря. Передвижение на параллельных коньках вдоль линии ворот. Передвижение выпадами и бегом короткими шагами с последующим откатом назад спиной вперёд. Торможение «плугом» и «полуплугом». Анализ техники ловли шайбы «ловушкой» и на туловище. Отбивание шайбы щитками, «блином» и клюшкой. Падение вратаря на колени, на бок и на грудь.

Проведение учебно-тренировочных занятий по разучиванию различных приёмов техники игры вратаря.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать технику игры вратаря: основная стойка, особенности передвижения на коньках, ловля шайбы «ловушкой», отбивание шайбы «блином», клюшкой, щитками. Падение вратаря на колени, на бок, прижимание шайбы, игра клюшкой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники вратаря.

### **Тема 1.5. Тактика хоккея**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор позиции, маневр с шайбой и без неё, опека противника, выполнение обязанностей в соответствии с игровым амплуа).

Совершенствование групповых и командных тактических действий в обороне и атаке в рамках определённых тактических систем.

#### ***Самостоятельная работа***

Составить тренировочные задания по тактической подготовке, направленные на совершенствование тактических вариантов игры в обороне и атаке в рамках современных тактических систем.

## **РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий различных организационно-методических форм: раздельной, групповой, круговой, поточной. Совершенствование управленческих действий тренера: выбор места, подача команд и т.д.

#### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению части урока по начальному обучению одному из основных приёмов техники полевого игрока, включая разработку плана-конспекта, реализацию словесных, наглядных, практических методов обучения и соблюдения основных дидактических принципов, воспитывающего обучения, самосовершенствование культуры речи.

### **Тема 2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий направленных на освоение частных методик обучения и совершенствования различных приёмов техники. Подбор соответствующих упражнений и методов их проведения в



зависимости от структуры технического приёма, условий проведения и контингента занимающихся.

Выявление ошибок при выполнении упражнений и рациональное использование соответствующих подходов к их исправлению.

### ***Обучение техническим приёмам полевого игрока, их совершенствование***

**Техника передвижения на коньках.** Посадка (стойка) хоккеиста. Техника передвижения на коньках широким (скользящим), коротким (ударным) шагом. Торможение и притормаживание на двух и одном коньке с поворотом на 90°, прыжком, «плугом», «полуплугом». Бег скрестным шагом. Изменение направления бега: переступанием, перебежкой, не отрывая коньков ото льда. Бег по виражу вправо, влево, по «восьмёрке», по кругу. Бег спиной вперёд без отрыва коньков ото льда; переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперёд по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмёрке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений (лицом, спиной и боком к направлению движения). Вращение прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и обеими ногами с «приземлением» на один и оба конька. Перемещение шагом. Бег на носках и «пятках» лезвий коньков лицом, боком, спиной вперёд. Опускание на одно и оба колена, падение. Различные кувырки с последующим принятием основной стойки.

**Техника владения клюшкой и шайбой.** Обучение держанию клюшки руками. Ведение шайбы. Ведение широкое, короткое, без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), при движении по прямой и по дугам.

Сочетание различных способов ведения шайбы перед собой, сбоку, вперёд-назад, по диагонали, с использованием коньков.

Броски. Обучение длинному броску с удобной и не удобной стороны слева и справа, с места, в движении. Обучение удару-броску с короткого и длинного замаха.

Передачи. Передача шайбы броском с удобной и неудобной стороны разного направления и длины. Обучение передаче подкидкой, ударам (с длинного и короткого замаха), коньком.

### *Обучение техническим приёмам вратаря, их совершенствование*

**Техника передвижения на коньках.** Обучение и совершенствование основной стойки вратаря, скольжения, не отрывая коньков ото льда, передвижения по дугам приставными шагами, передвижения выпадами (вперёд, в сторону), передвижения спиной вперёд, опускания на одно, два колена, падения на лёд (влево, вправо), торможения, поворотов, вращения и т.д.

**Техника ловли, отбивания, накрывания шайбы.** Ловля ловушкой шайбы, летящей с разной скоростью и на разной высоте с дальней, средней и близкой дистанции от ворот. Ловля шайбы, используя «блин» и «ловушку». Отбивание клюшкой шайбы, летящей или скользящей по льду со стороны руки с ловушкой и со стороны руки с клюшкой. Отражение щитками и коньком шайбы, летящей низко над льдом и скользящей по льду в сторону от вратаря.

### *Самостоятельная работа*

Дать характеристику основной схеме обучения техническим приёмам: создание представления об изучаемом приёме (объяснение, показ, имитация). Изучить применение метода расчленённого и целостного упражнения, а также выполнение приёма в упрощённых условиях, в движении, после ведения, приёма и передачи.

## **Тема 2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея**

### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий хоккеистов в атаке и обороне; методика обучения и совершенствования тактики игры вратаря.

Совершенствование различных индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию по совершенствованию индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне.

Проведение студентами занятий тактической направленности с обоснованием использованных средств и методов. В заключительной части разбор и обсуждение проведённого занятия и его оценка.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности методических подходов к обучению совершенствованию тактики хоккея.

Составление плана-конспекта для проведения занятия тактической направленности.

## **Тема 2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Выполнение упражнений по воспитанию физических качеств хоккеиста.

**Упражнения для воспитания силовых качеств.** Старты, рывки и торможения на коньках. Ударный бег на коньках с прыжками. Упражнения на коньках с преодолением различных сопротивлений и отягощений (упражнения с эспандером, утяжелёнными поясами, набивными мячами, утяжелёнными шайбами, клюшками, с партнёром). Упражнения в единоборствах за шайбу. Игры и игровые упражнения с переносом дозированных отягощений.

**Упражнения для воспитания быстроты.** Передвижения на коньках. Повторное пробегание коротких отрезков от 10 до 100 м из разных исходных положений в различных направлениях.

Бег с максимальной скоростью с резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, кругу, спирали, восьмёрке (лицом и спиной вперёд).

Эстафеты и игры. Приём и быстрая передача шайбы. Игры и упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение шайбой, мячом и т.д.). Броски шайбы поточно, в борт, с регистрацией времени. Бег на коньках на 18, 36 и 54 м на время.

**Упражнения для воспитания специальной выносливости.** Упражнения в беге на коньках с разной продолжительностью, интенсивностью и интервалами отдыха (равномерный, переменный и интервальный бег). Разновидности челночного бега. Игры и игровые упражнения, проводимые в режимах, адекватных соревновательной деятельности.

**Упражнения для воспитания ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Ходьба и бег на «носках» и «пятках» коньков. Выбивание шайбы у партнёра в падении. Игра клюшкой и шайбой в необычных исходных положениях в условиях внезапно меняющихся ситуаций.

**Упражнения для воспитания гибкости.** Маховые упражнения руками, ногами, с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращения туловища, полушпагат, шпагат. Упражнения с клюшкой и партнёром, «мост» из положения лёжа, наклоны назад и другие упражнения для мышц, несущих основную нагрузку в игре.

В специальной физической подготовке вратаря также используются перечисленные упражнения, однако, методика их проведения более специфична и должна соответствовать структуре их соревновательной деятельности.

Проведение занятий студентами по воспитанию физических качеств хоккеиста (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости).

В заключение урока преподавателем проводится разбор, на котором даются обоснованный анализ и оценка действий студента (выбор им места, показ и объяснение, соответствие содержания урока поставленным задачам).

### ***Самостоятельная работа***

Изучить структуру скоростных качеств и особенности их проявления в соревновательной деятельности.

Дать характеристику выносливости хоккеиста и факторам, её определяющим.

Разработать тренировочные задания по воспитанию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов.**

### *Занятия семинарского типа*

Развитие и совершенствование оперативного мышления и волевых качеств.

Определение уровня психических функций хоккеистов.

### *Самостоятельная работа*

Разработать детальный план специальной психологической подготовки к конкретному матчу, включающий в себя:

- осознание значимости и особенностей предстоящего матча;
- изучение сильных и слабых сторон противника;
- формирование уверенности в своих силах для достижения победы;
- преодоление отрицательных эмоций;
- использование аутогенной и психорегулирующей тренировки.

## **РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства**

### *Занятия семинарского типа*

Составление плана-конспекта и проведение примерного учебно-тренировочного урока с начинающими хоккеистами.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению занятия по хоккею с детьми по месту жительства, включая разработку плана-конспекта.

## **Тема 3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах.**

### ***Занятия семинарского типа***

Организация и планирование учебно-тренировочного процесса по хоккею в вузах, среднеспециальных учебных заведениях общеобразовательных школах.

Проведение занятий со школьниками разного возраста по совершенствованию техники и тактики хоккея.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению урока по хоккею со школьниками старшего возраста, включая разработку плана-конспекта.

## **Тема 3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста.**

### ***Занятия семинарского типа***

Особенности работы по хоккею с лицами среднего и пожилого возраста. Проведение и комплектование групп, и составление текущего плана учебно-тренировочной работы. Методика проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

Проведение учебно-тренировочных занятий с группами среднего и пожилого возраста по обучению и совершенствованию техники и тактики хоккея.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий по хоккею с группами среднего и пожилого возраста, включая разработку планов-конспектов.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Правила игры и методика судейства**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование навыков судейства соревнований по хоккею в качестве главного судьи или его помощника.

Анализ судейства соревнований по хоккею, выявление недостатков, ошибок в исполнении правил соревнований.

#### *Самостоятельная работа*

Подготовиться к практике организации судейства зачётных соревнований: изучить требования «Правил соревнований» к функциональным обязанностям назначенной судейской должности; устранить недостатки, исправить ошибки, выявленные при анализе предыдущего судейства.

### **Тема 4.2. Организация и проведение соревнований. Положения о соревнованиях**

#### *Занятия семинарского типа*

Проведение организационных мероприятий по подготовке и проведению соревнований. Составление положения о соревнованиях.

Составление календаря соревнований, проведение жеребьёвки.

### *Самостоятельная работа*

Составить сетки соревнований по круговой, с выбыванием и комбинированной системам.

## **РАЗДЕЛ 5. СИСТЕМА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов**

#### *Занятия семинарского типа*

Динамика видов подготовки (физической, технической, тактической и соревновательной) и соотношение их объёмов в возрастном аспекте.

Содержание подготовки юных хоккеистов разного возраста по годам обучения.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

#### *Самостоятельная работа*

Содержание программ для ДЮСШ и СДЮШОР. Подобрать материал по видам подготовки на основе программ для различного возраста занимающихся.

### **Тема 5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов.**

#### *Занятия семинарского типа*



Средства, методы и методические подходы, применяемые в учебно-тренировочном процессе с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности учебной и воспитательной работы с группами предварительной подготовки, начальной специализации, углублённой специализации и спортивного совершенствования.

## **Тема 5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов.**

### ***Занятия семинарского типа***

Построение базовых мезоциклов. Задачи, направленность и динамика тренировочных нагрузок, соотношение видов подготовки. Динамика средств и методов.

Построение собственно тренировочных микроциклов. Задачи, динамика и направленность нагрузок по дням микроцикла. Динамика средств и методов.

Проведение серии тренировочных занятий разной направленности в определённой методической последовательности по совершенствованию технической и тактической подготовленности, обеспечивающей реализацию модели построения тренировочного микроцикла.

### ***Самостоятельная работа***

Охарактеризовать модели построения мезо- и микроциклов на общеподготовительном этапе.

Составить схемы распределения нагрузки в общеподготовительном и восстановительном микроциклах.

## **Тема 5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения.**

### ***Занятия семинарского типа***

Проведение различных видов занятий, направленных на воспитание физических качеств и совершенствование техники и тактики хоккея: тематических (однонаправленных), комплексных (разнонаправленных), восстанавливающих, поддерживающих, развивающих, индивидуальных, групповых, командных.

Подготовка, проведение и анализ примерных тренировочных занятий различных видов и форм.

Проведение студентами занятий различных форм и видов, с последующим разбором и обсуждением.

### ***Самостоятельная работа***

Сущность и значение круговой и поточной форм проведения тренировочного процесса. Разработать варианты круговой и поточной тренировки с учётом особенностей их проведения.

## **РАЗДЕЛ 6. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

### **Тема 6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Цель определяет структуру и содержание системы и отражает конечный результат деятельности тренера и хоккеистов.

Системно-структурный подход к разработке и обоснованию системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Состав и структура системы. Характеристика содержания первого (верхнего) уровня (тренировка, соревнование и восстановление) системы.

Характеристика содержания второго (нижнего) уровня системы (кадры, материально-методическое обеспечение).

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Отличительные черты отечественной системы подготовки хоккеистов в сравнении с системами ведущих хоккейных стран.

## **Тема 6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации.**

### ***Занятия семинарского типа***

Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

Составить планы-конспекты и подготовиться к проведению практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

## **Тема 6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла**

### ***Занятия семинарского типа***

План подготовки команды к официальным соревнованиям.

Подготовка и проведение студентами комплексных тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки, при этом задачи занятия – средства и методы должны соответствовать конкретным этапам, мезо- и микроциклу и тренировочному дню.

К плану-конспекту студент прилагает объяснительную записку с обоснованием построения данного тренировочного занятия.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла.

## **РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем**

#### ***Занятия семинарского типа***

Методика начального отбора. Методика определения игровых способностей, физического развития, технико-тактических способностей, игрового (оперативного) мышления. Метод экспертной оценки.

Особенности отбора кандидатов и комплектование сборных молодёжных команд (17-18 и 19-20 лет).

Проведение серии учебно-тренировочных игр.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнить практические задания и подготовить отчёты по оценке готовности кандидатов в сборную команду юниоров по результатам педагогических наблюдений, тестирований и прямого общения.

## **Тема 7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации**

### ***Занятия семинарского типа***

Состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране.

Сбор и изучение информации о рекомендуемых кандидатах.

Динамические наблюдения за кандидатами в ходе внутреннего чемпионата. Критерии оценки кандидатов. Взаимосвязь тренеров сборных и клубных команд в ходе отбора. Углублённое изучение кандидатов на тренировочных сборах.

Принципы комплектования звеньев команды.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию технико-тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Педагогические наблюдения за игровой деятельностью хоккеистов-кандидатов в сборную команду с оценкой индивидуальных технико-тактических действий.

## **Тема 7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею**

### ***Занятия семинарского типа***

Организация и проведение семинаров по подготовке тренеров-общественников по хоккею.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности подготовки кадров в специализированных вузах. Виды и сроки обучения. Структуру и содержание обучения.

Составить примерный план проведения семинара для тренеров-общественников в объёме 45 часов.

## **Тема 7.4. Материально-техническое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Материально-техническое обеспечение как важный фактор эффективности проведения процесса подготовки хоккеистов, его задачи и содержание.

Характеристика видов материально технического обеспечения. Современные технические средства и аппаратура. Устройства, применяемые в хоккее.

Строительство спортооружений: катков с искусственным льдом, залов для занятий атлетизмом. Обеспечение необходимых условий для нормального проведения занятий: ледовая арена, отвечающая необходимым требованиям (должное состояние льда и освещённости, наличие соответствующего оборудования и инвентаря).

Анализ современных технических средств и методика их использования в процессе подготовки хоккеистов.

Современная учебно-тренировочная база и её обеспечение необходимым оборудованием, инвентарём, техническими средствами.

Проблема оптимального обеспечения в быту и на тренировочных сборах (место проживания, зарплата, питание, отдых, культурные программы и др.).

### ***Самостоятельная работа***

Ознакомиться с учебно-тренировочной базой одной из команд КХЛ, её оснащением тренажёрным и специальным оборудованием, условиями проживания и быта спортсменов и тренеров.

## **Тема 7.5. Научно-методическое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи и организация научно-методического обеспечения подготовки хоккеистов. Характеристика разделов работы по научно-методическому обеспечению: прогнозирование, моделирование, программирование, отбор, реализация программ и планов, комплексный контроль.

Формирование комплексных научных групп (КНГ).

Задачи и содержание работы педагогического и медико-биологического секторов КНГ.

Разработка рекомендаций по повышению эффективности процесса подготовки хоккеистов – как наиболее важная результирующая функция деятельности КНГ.

Взаимосвязь работы комплексной научной группы и тренерского состава.

Принципы организации комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению подготовки команд высокой квалификации.

Задачи, стоящие перед КНГ и содержание её работы. Взаимодействие с тренерским составом.

Анализ содержания основных разделов работы КНГ (прогнозирование, моделирование, программирование, контроль) по научно-методическому обеспечению подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Планирование и отчётность работы КНГ. Разработка долгосрочных и текущих планов.

Технология составления текущих и итоговых планов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить организацию и методику проведения работы по научно-методическому обеспечению подготовки и выступлению сборных команд юниоров (17-18 лет).

## **РАЗДЕЛ 8. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 8.1. Программирование подготовки хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Программирование – как основанная функция управления процессом подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методические подходы к разработке комплексных целевых программ на олимпийский цикл подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Технология разработки текущих и оперативных программ и планов.  
Основные требования, предъявляемые к планам.

Основные этапы разработки плана:

- сбор и анализ информации;
- прогнозирование;
- моделирование;
- формирование плана (постановка цели и задач, распределение нагрузок разного характера и направленности, динамика средств и методов);
- внесение коррекции (в ходе реализации плана).

Составление текущих (на годичный цикл) и оперативных (на мезоцикл) программ и планов подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработка программ и планов подготовки хоккеистов на годичный цикл.

Составление оперативных планов на мезо- и микроциклы.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годичного цикла.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности программирования (планирования) процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработать индивидуальный план для одного из хоккеистов команды высокой квалификации в соответствии с его возрастом, уровнем здоровья, функциональной и специальной подготовленностью и выполняемыми функциональными обязанностями в игре (вратарь, защитник, нападающий).

Разработать и защитить план на годичный цикл подготовки юных хоккеистов старшего возраста.

## **Тема 8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***



Контроль как важная составляющая системы подготовки хоккеистов. Этапный, текущий и оперативный контроль. Контроль психолого-педагогический и медико-биологический.

Контроль соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок и эффективности соревновательной и тренировочной деятельности.

Контроль уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов.

Контроль в системе подготовки юных хоккеистов.

Контроль в системе подготовки хоккеистов высокой квалификации. Этапный, текущий и оперативный контроль. Содержание углублённого медицинского обследования (УМО), этапного комплексного обследования (ЭКО), текущего контроля.

Содержание и методика проведения этапных комплексных обследований в годичном цикле подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методика обследования соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов, в том числе с помощью технических средств и компьютерных технологий.

Проведение студентами тестирующих процедур по оценке уровня специальной физической подготовленности хоккеистов, а также обследование соревновательной деятельности хоккеистов с использованием современных инструментальных методик и компьютерных технологий.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику оценки уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов. Разработать систему тестов по оценке физической и технико-тактической подготовленности хоккеистов.

Провести тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической подготовленности юных хоккеистов ДЮСШ и СДЮШОР. Подготовить и защитить отчёт.

## **Тема 8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Современные подходы к системе управления подготовкой хоккеистов.

Основные функции управления тренировочной деятельностью хоккеистов (программирование, реализация планов тренировки, контроль тренировочного процесса).

Основные средства и методы управления тренировочной деятельности хоккеистов.

Подходы к оптимизации тренировочного процесса. Формирование в тренировочном процессе игровых концепций команды.

Характеристика стратегического управления тренировочным процессом на относительно продолжительных временных отрезках. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов. Обеспечение надлежащих материально-технических условий проведения тренировочного процесса. Доукомплектование состава команды. Создание нормального работоспособного коллектива единомышленников.

Проведение практических занятий разной направленности с акцентами на демонстрацию управленческой деятельности тренера.

Проведение студентами комплексных тренировочных занятий с акцентом на оценку управленческой деятельности проводящего – тренера.

### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать методические подходы к разработке плана предстоящего матча. Изучить методику проведения установки и управления тренером игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча, с последующим разбором матча.

Разработать план предстоящего матча и подготовить его к апробации в предигровой тренировке.

## **Тема 8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов**

### *Занятия семинарского типа*

Виды управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Характеристика стратегического управления. Организационные, методические и руководящие действия тренера, направленные на проведение подготовительных, контрольных и официальных игр.

Составление плана подготовительных игр с определением их количества и последовательности с конкретными командами-соперницами. Определение стратегической линии в проведении различных мероприятий в ходе официальных матчей.

Характеристика оперативного управления. Подготовка хоккеистов к матчу и управление их действиями в ходе матча.

Характеристика и методика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Сбор информации о противнике.

Разработка студентами плана предстоящего матча с конкретным противником. Уточнение плана после предигровой тренировки. Установка на матч и управление игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча. Указания в перерывах. Разбор матча с оценкой степени выполнения плана хоккеистами и управленческой деятельности тренера.

### *Самостоятельная работа*

Изучить и проанализировать методические подходы к организации и проведению оперативной управленческой деятельности тренера при подготовке и проведении конкретного матча.

Разработать план предстоящего матча с конкретным противником.

## **Тема 8.5. Восстановительные мероприятия**

### *Занятия семинарского типа*

Виды и значимость восстановительных мероприятий как составной части системы подготовки хоккеистов.

Психолого-педагогические восстановительные мероприятия, строгая нормирование нагрузок, переключение на другой вид деятельности (активный отдых). Борьба с монотонностью занятий, повышение интереса и эмоционального настроения. Применение развлекательных мероприятий, аутогенной и психорегулирующей тренировки.

Медико-биологические восстановительные мероприятия. Фармакологические препараты. Физические средства: баня, массаж, барокамеры, свето- и магнитопроцедуры и др.

Тактика применения средств восстановления на отдельных этапах годового цикла.

Изучение методик использования различных средств восстановления.

Ознакомление с работой восстановительных центров ведущих хоккейных клубов.

Проведение студентами педагогических и гигиенических средств восстановления.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику комплексного применения различных средств восстановления.

## **Тема 8.6. Профилактика травматизма**

### ***Занятия семинарского типа***

Характеристика видов травматизма в хоккее: ушибы, рассечения, растяжения мышц ног и плечевого пояса, травмы коленного и голеностопного суставов и др.

Профилактика травматизма. Научно и методически обоснованный режим тренировок и отдыха.

Грамотное использование эффективных средств восстановления.

Анализ методических подходов по профилактике травматизма в хоккее. Соблюдение основных методических положений при ведении учебно-тренировочного процесса.

Строгое нормирование тренировочных нагрузок. Качественная подготовка органов, функциональных систем и двигательного аппарата в подготовительной части занятий. Обеспечение нормальных условий проведения занятий, высококачественным защитным инвентарём: шлемы, маски, щитки и др.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить причины травматизма в хоккее, а также основные мероприятия, средства и методы по его профилактике:

- преодоление причин, обуславливающих травматизм (нерегулярность занятий, несоблюдение санитарно-гигиенических требований, отсутствие врачебного контроля и др.);
- правильная организация учебно-тренировочного процесса;
- воспитание физических качеств в соответствии с особенностями хоккея;
- подбор наиболее рациональных (с учётом индивидуальных особенностей спортсмена) упражнений;
- постоянный контроль состояния здоровья и самочувствия хоккеистов.

## **РАЗДЕЛ 9. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Тема 9.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

#### ***Занятия семинарского типа***

Особенности УИРС по хоккею.

Изучение методов и методик исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Выполнение лабораторных, курсовых и выпускных квалификационных работ экспериментального характера.

#### ***Самостоятельная работа***

Изучить теоретический курс НИР.

### **Тема 9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею.**

#### ***Занятия семинарского типа***

Планирование и организация исследований. Подбор и назначение методов и методик исследования, соответствующих цели и задачам исследования. Определение контингента испытуемых. Проведение корректных обследований и тестирующих процедур.

Изучение и овладение методами и методиками исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Обследования студентами соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

#### ***Самостоятельная работа***

Совершенствование навыков инструментальной оценки уровня общей и специальной физической подготовленности хоккеистов, а также оценки уровня их технико-тактического мастерства.

## **РАЗДЕЛ 10. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТА СТУДЕНТОВ**

### **Тема 10.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

### *Занятия семинарского типа*

Основные задачи НИР по хоккею. Состояние НИР по хоккею в настоящее время и перспективы её развития. Проблематика научных исследований по хоккею.

Определение основных направлений исследований. Внедрение научных исследований по хоккею в практику подготовки хоккеистов.

Организация научных исследований. Выбор темы исследования. Определение направления исследования.

Составление плана исследования. Формирование рабочей гипотезы исследования. Подбор методов и методик исследований.

Обеспечение контингента испытуемых и условий исследования.

### *Самостоятельная работа*

Ознакомиться с работой смежных научно-исследовательских организаций и комплексных научных групп (КНГ).

Изучить перспективы НИР: определение основных направлений исследования - в технике, в физической и психологической подготовке, в методике тренировки. Внедрение результатов в практику.

## **Тема 10.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею**

### *Занятия семинарского типа*

Характеристика групп методов, преимущественно используемых студентами при выполнении выпускных квалификационных работ: теоретический анализ литературы, педагогические наблюдения, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Характеристика используемых инструментальных методик и технических средств: измерительный комплекс «Хоккей», измерительный стенд, электронная дорожка, спорт-тестеры, видеотехника, компьютерные технологии.

Метрологический контроль научной аппаратуры.

Планирование и организация исследований.

Изучение и овладение методами и методиками научных исследований.

Проведение студентами исследований в плане выполнения выпускных квалификационных работ.

Обследование соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Проведение тестов и тестирующих процедур по оценке уровня подготовленности хоккеистов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методы и методики исследований. Подбор и назначение методик, соответствующих цели и задачам исследований. Информативность методик. Рациональный выбор измерительной и регистрирующей аппаратуры. Специальные и портативные методики, используемые в хоккее. Виды получаемой информации (графическая, цифровая), её обработка. Частные методики. Требования, предъявляемые к научным методикам исследования.

## **Тема 10.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи, значение и особенности НИР и УИРС по хоккею.

Формы проведения НИР и УИРС. Учебные и лабораторные занятия. Сообщения, доклады, рефераты, заседания научного студенческого кружка, конференции, семинары.

Требования к выполнению выпускных квалификационных работ. Структура выпускной квалификационной работы. Написание введения, отдельных глав, заключения, выводов, их логическая взаимосвязь и соответствующее оформление работы. Подбор иллюстративного материала. Корректировка текстового и табличного материала.

Технология написания и оформления выпускной квалификационной работы.

Технология написания доклада к защите выпускной квалификационной работы. Подбор иллюстративного материала и корректировка текста по содержанию, логике изложения и времени.

Предварительная апробация выпускных квалификационных работ.



### ***Самостоятельная работа***

Выполнение и оформление выпускной квалификационной работы. Окончательная корректировка доклада, взаимосвязи текста и иллюстраций. Репетиция доклада. Вопросы по содержанию работы и соответствующие ответы.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### ***Вопросы для устного ответа на экзамене***

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства.
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
4. Силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Скоростные и скоростно-силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
7. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
8. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
9. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.

10. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
11. Определение и характеристика выносливости хоккеиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
12. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
13. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
14. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
15. Характеристика координационных качеств хоккеиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
16. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
17. Раскройте понятия и классификацию техники хоккея, структуру технического приема. Признаки классификации.
18. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
19. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность бросков и ударов шайбы.
20. Раскройте понятия и классификацию тактики хоккея.
21. Покажите тактические варианты организации атаки- выход из зоны защиты.
22. Покажите тактические варианты завершающей фазы атаки с хода.
23. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
24. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном хоккее.
25. Раскройте принципы командных оборонительных действий хоккеистов.

## 2 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
2. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
3. Скоростные и скоростно-силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
4. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
5. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
6. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
7. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
8. Определение и характеристика выносливости хоккеиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
9. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
10. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
11. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
12. Характеристика координационных качеств хоккеиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.

13. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
14. Раскройте понятия и классификацию техники хоккея, структуру технического приема. Признаки классификации.
15. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
16. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность бросков и ударов шайбы.
17. Раскройте понятия и классификацию тактики хоккея.
18. Покажите тактические варианты организации атаки- выход из зоны защиты.
19. Покажите тактические варианты завершающей фазы атаки с хода.
20. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
21. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном хоккее.
22. Раскройте принципы командных оборонительных действий хоккеистов.
23. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 2:1:2.
24. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 1:4.
25. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения хоккеистов технико-тактическим приемам игры.

### **3 курс**

#### ***Вопросы для устного ответа на экзамене***

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с хоккеистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.

3. Силовые качества хоккеистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения хоккеиста на коньках, классификация. Биомеханический анализ бега скользящими шагами. Методика обучения бегу скользящими шагами.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов и бросков шайбы. Виды бросков и их характеристика. Биомеханический анализ броска шайбы. Методика обучения и совершенствования.
7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов хоккеиста на коньках. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.
10. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Техника отбора шайбы с применением силовой борьбы. Виды силовых проявлений и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы с применением силовой борьбы.
12. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
13. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения и отбивания шайбы.
14. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.

15. Техника бега спиной вперёд. Виды техники бега спиной вперёд и их характеристики. Анализ техники бега спиной вперёд скрестными шагами и методика обучения.
16. Скоростная подготовка в структуре тренировки хоккеистов.
17. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучению продвижению вратаря на коньках.
18. Определение и характеристика выносливости хоккеиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности хоккеиста
19. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
20. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
21. Индивидуальные технико-тактические действия хоккеистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.
22. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
23. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
24. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
25. Групповые тактические действия хоккеистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
26. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
27. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.

28. Воспитание выносливости в системе тренировки хоккеистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годового цикла.
29. Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 1-4.
30. Характеристика ловкости, или координационных способностей хоккеиста. Факторы, определяющие ловкость хоккеиста.
31. Командная тактика обороны. Характеристика активных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 2-1-2.
32. Методика воспитания ловкости у хоккеистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
33. Контратаки из различных углов хоккейной площадки. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
34. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
35. Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
36. Психологическая подготовка хоккеиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
37. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки хоккеиста.
39. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
40. Организация и проведение соревнований по хоккею. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
41. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.



## 4 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных хоккеистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных хоккеистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных хоккеистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности хоккеистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных хоккеистов.
9. Особенности технической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных хоккеистов.
12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных хоккеистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных хоккеистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности хоккеистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского хоккея в нашей стране.

20. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годичного цикла тренировки хоккеистов.
24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.
29. Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.
31. Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке хоккеистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годичного цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.

39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.

40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.

## 5 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.
2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных хоккеистов.
3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.
4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.
5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годичного цикла.
6. Основные направления научных исследований по хоккею.
7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.
8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.
9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях хоккеем. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.

- 17.Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
- 18.Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности хоккеистов.
- 19.Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
- 20.Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности хоккеистов высокой квалификации.
- 21.Текущее планирование, Характеристика и технология составления текущего плана.
- 22.Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
- 23.Оперативное планирование. Виды планирования, Технология составления оперативных планов.
- 24.Питание хоккеиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.
- 25.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
- 26.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в хоккее тестов.
- 27.Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.
- 28.Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
- 29.Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.
- 30.Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
- 31.Материально-техническое обеспечение процесса подготовки хоккеистов.
- 32.Структура и содержание тренировочного занятия.

- 33.Педагогический контроль в тренировке хоккеистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности хоккеистов.
- 34.Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.
- 35.Текущий контроль в подготовке хоккеистов. Оценка соревновательной деятельности.
- 36.Контроль тренировочной деятельности хоккеистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 37.Характеристика физических нагрузок.
- 38.Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 39.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью хоккеистов.
- 40.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) основная литература:

1. Азбука хоккея с шайбой : [пер. со швед, яз.] / авт. проекта Томми Боустедт ; Федер. хоккея Респ. Беларусь, Федер. хоккея Швеции. - Минск: Белорус, энцикл. им. Петруся Бровки, 2011. - 360 с.: ил.
2. Горбунов В.В. История зимних олимпийских видов спорта / В.В. Горбунов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.
3. Кирсанова Л.В. Психология судейства в хоккее на льду / Л.В. Кирсанова, А.А. Поляков. - М.: Сов. спорт, 2012. - 82 с.: табл
4. Ледовые арены : [учеб. пособие] : [утв. метод. Советом Федер. гос. образоват. учреждения проф. образования "Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петербур."] / [под общ. ред.: Жестянникова Л.В., Загайнова М.В.] ; Автоном. некоммерч. орг. "Организац. ком. 22 Олимп, зим. игр и 11 Паралимп. зим. игр 2014 г. в г.Сочи". - М.: [Б. м.]; СПб., 2011. - 280 с: ил.
5. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень D / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича, В.Л. Звонкова]. - М.: Человек, 2012. – 84с.: ил.
6. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень С / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 83с.: ил.
7. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень В / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 80с.: ил.
8. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень А / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 94с.: ил.

9. Савин В.П. Теория и методика хоккея : учеб. для студентов акад. и вузов физ. культуры по направлению 521900; по спец. 022300 : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Савин Валентин Павлович. - М.: ACADEMIA, 2003. - 399 с.: ил.
10. Савин В.П. Оценка уровня физической подготовленности хоккейных вратарей 15-16 лет и его динамики в подготовительном периоде : метод, разработ. для студентов РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.В. Крутских. - М.: Физ. культура, 2006. - 24 с.: ил.
11. Савин В.П. Технология планирования учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ : метод, разработ. для студентов и слушателей ИППК РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.С. Львов. - М.: Физ. культура, 2006. - 23 с.: ил.
12. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей) : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - бакалавр : форма обучения - оч. и заоч. : [утв. и рек. эмс "РГУФКСМиТ"] / [сост.: Давыдов Алексей Петрович, Крутских Владислав Вячеславович] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет, образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 36 с. : табл.
13. Твист П. Хоккей: теория и практика . предисл. Павла Буре. - М.: Астрель: АСТ, 2009. – 288 с.: ил.
14. Тихомиров А.К. Управление подготовкой в спорте : монография / А.К. Тихомиров; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: Кн. И Бизнес, 2010. - 229 с.: ил.

б) дополнительная литература:

1. Букатин А.Ю. Хоккей / Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. - М.: ФиС, 2000. - 182 с.: ил.
2. Игра вратаря в хоккее с шайбой : Техн. приемы, доказавшие эффективность и помогающие вратарям надежно защищать свои ворота

[пер. с англ.] = Hockey goaltending : Proven techniques for dominating the net / под ред. Брайана Даккорда = Brian Daccord editor. - Киев: Олимп. лит., 2013. - 263 с.: ил.

3. Никонов Ю.В. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю.В. Никонов. – Минск : Витпостер, 2014.- 576 с.
4. Петрушкина Н.П. Комплексный контроль в системе управления подготовкой высококвалифицированных хоккеистов : учеб. пособие предназначено для студентов направления 032100 специальности 032101 / Н.П. Петрушкина, Е.Ф. Сурина-Марышева, В.А. Пономарева ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ, культуры. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2007. - 68 с.: табл.
5. Савин В.П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: Рек. УМО по образованию в области физ. культуры и спорта : учеб. пособие / Савин В.П., Удилов Г.Г., Крутских В.В.; РГАФК. - М., 2002. - 61 с: табл.
6. Тарасов А.В. Хоккей. Родоначальники и новички / А.В. Тарасов. – Москва: Эксмо, 2015. – 408 с.: ил.
7. Черапкина Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) : [учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта, обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101] : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Л.П. Черапкина, В.Г. Тристан ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. анатомии и физиологии. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2006. - 80 с: ил.
8. Шестаков М.П. Специальная физическая подготовка хоккеистов / Шестаков М.П., Назаров А.П., Черенков Д.Р. - [М.]: СпортАкадемПресс, 2000. - 143 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

*Справочно-информационные сайты:*



http://www.iihf.com,  
http://www.fhr.ru,  
http://www.khl.ru,  
http:// www.kidshockey.ru  
http://www.fhmoscow.com

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской (УСЗК, кафедра ТИМ хоккея им. А.В. Тарасова, 148, 124).
- Музей истории хоккея – около 250 экспонатов.
- Коробка хоккейная (2008 г.в.).
- Станок для заточки коньков.
- Форма хоккейная – 60 комплектов для полевых игроков, 4 комплекта для вратаря.

### Научная аппаратура и оргтехника (год выпуска)

- Видеокамера SONY HDR-НС7Е – 2011 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300М – 2013 г.
- Компьютер комплектации «Стандарт» - 2008 г. (14 шт.)
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»
- Конференция-приставка «Система» ТФК-12М – 2008 г.
- Конференция-приставка «Система» ТФС-6/1 – 2008 г.
- Многофункциональное устройство Canon I-SENSYS MF-4120 – 2010 г.
- Мониторы сердечного ритма: ACCUREX PLUS, VantageNV, A Unterface
- Ноутбук Intel 2000 T550 – 2007 г.
- Ноутбук экран 13” TOSHIBA Satellite V400-18E-PU – 2009 г.
- Плеер компактный с поддержкой HDMI и выходом DVI/HDMI – 2012 г.
- Проектор BenQ SVGA в компьютере с проводом Kramer XGA 23 м. – 2013 г.
- Рекордер DVD/HDV BDK DW9955K – 2009 г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 2 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	Опрос по теме «Структура соревновательной деятельности хоккеистов»	5
2	Контрольная работа по теме «Физические качества хоккеиста»	5
3	Коллоквиум на тему «Психические качества хоккеиста»	10
4	Контрольная работа по теме «Техника хоккея»	5
5	Подготовка реферата по теме «Тактика хоккея»	10
6	Подготовка доклада на тему «Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности»	10
7	Опрос по теме «Методика обучения и совершенствования техники хоккея»	5
8	Подготовка доклада на тему «Методика обучения и совершенствования тактики хоккея»	10
9	Тестирование на тему «Методика воспитания физических качеств хоккеиста»	5
10	Контрольная работа на тему «Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов»	5
11	<i>Посещение занятий</i>	<i>10:11=1,0 баллов за занятие</i>
	<i>Экзамен</i>	<i>20</i>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Методика подготовки хоккеистов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной формы обучения

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен – 4 семестр*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	Подготовка доклада по теме «Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства»	10
2	Опрос по теме «Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах»	10
3	Контрольная работа по теме «Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста»	10
4	Тестирование по теме «Правила игры и методика судейства»	10
5	Подготовка доклада по теме «Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях»	10
6	Опрос по теме «Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов»	10
7	Подготовка доклада по теме «Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов»	10
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>10:10=1,0 баллов за занятие</i>
	<i>Экзамен</i>	<i>20</i>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка реферата по теме «Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов»	10
2	Коллоквиум по теме «Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения»	20
3	Опрос по теме «Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации»	10
4	Подготовка доклада по теме «Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации»	10
5	Коллоквиум по теме «Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла»	20
6	Посещение занятий	<i>10:10=1,0 баллов за занятие</i>
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система многолетней подготовки юных хоккеистов»	10
3	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система подготовки хоккеистов высокой квалификации»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 4 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной формы обучения

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по теме «Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем»	5
2	Круглый стол по теме «Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации»	10
3	Контрольная работа по теме «Подготовка тренерских кадров по хоккею»	5
4	Опрос по теме «Материально-техническое обеспечение»	5
5	Подготовка доклада по теме «Научно-методическое обеспечение»	5
6	Контрольная работа по теме «Программирование подготовки хоккеистов»	5
7	Коллоквиум по теме «Контроль в системе подготовки хоккеистов»	10
8	Круглый стол по теме «Управление тренировочным процессом»	10
9	Подготовка реферата по теме «Управление соревновательной деятельностью хоккеистов»	5
10	Контрольная работа по теме «Восстановительные мероприятия»	5
11	Тестирование по теме «Профилактика травматизма»	5
12	Посещение занятий	10:10=1,0 баллов за занятие
	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b> <b>баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10
2	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 5 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка»* заочной формы обучения

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 10 семестр

Форма промежуточной аттестации: 10 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Задачи и организация НИР по хоккею»	20
2	Круглый стол по теме «Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею»	20
3	Коллоквиум по теме «НИР и УИРС в процессе обучения студентов»	20
4	Посещение занятий	20:10=2,0 баллов за занятие
	<i>Экзамен</i>	<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b> баллов

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка реферата по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц (720 академических часов).

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-10 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка специалиста, способного успешно, на современном научно-методическом уровне работать во всех типах образовательных учреждений, в организациях и предприятиях в качестве инструктора, инструктора-методиста и преподавателя физической культуры, а также в качестве тренера по хоккею в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
<b><i>ОПК-2</i></b>	способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
<b><i>ОПК-3</i></b>	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки
<b><i>ОПК-5</i></b>	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений
<b><i>ОПК-8</i></b>	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта
<b><i>ПК-10</i></b>	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся
<b><i>ПК-11</i></b>	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы

	и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта
<b>ПК-14</b>	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности
<b>ПК-15</b>	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### 5.1. Заочная форма обучения

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
		Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	4	5
Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов		10	62	
Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов		10	71	
Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею		6	36	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею		4	44	
Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов		20	115	
Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации		10	35	
Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов		10	103	
Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов		10	30	
Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		10	79	
Экзамены	IV, VI, VIII, X			45
<b>Итого за весь курс обучения:</b>		<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 19 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 22 апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Давыдов Алексей Петрович – доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
РГУФКСМиТ;

Львов Вячеслав Степанович – к.п.н., доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В.  
Тарасова РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных хоккеистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по хоккею для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» относится к вариативной части (Б1.В.ОД.16) по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность строить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерско-педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой) деятельности.

В течение всех четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать (поддерживать) личную физическую и технико-тактическую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, сформированные, прежде всего, при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)».

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы дидактики;</li> <li>- основы теории и методики физической культуры;</li> <li>- медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;</li> <li>- требования образовательных стандартов.</li> </ul>	2	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>- разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;</li> </ul>	4	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.</li> </ul>	5	
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	2	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</li> </ul>	4	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей</li> </ul>	5	

	занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.		
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	2,3	
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	6	
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	6	
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	2	
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	4	
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	4	
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	4	
	<i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	6	
	<i>Владеть:</i> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	6	

<b>ПК-11</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</li> <li>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</li> <li>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- методы планирования тренировочного процесса.</li> </ul>	5	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>	6	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>	6	
<b>ПК-14</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	1	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</li> </ul>	2	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	3	
<b>ПК-15</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</li> </ul>	5	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	6	



	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</li> <li>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul>	6	

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

##### 4.1. Очная форма обучения ускоренное обучение на базе ВПО

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	5	6	7
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>			<b>30</b>	<b>78</b>	
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	1-2	2	4	
1.2. Физические качества хоккеиста	I	3-6	8	24	
1.3. Психические качества хоккеиста	I	8	2	2	
1.4. Техника хоккея					
1.4.1. Техника полевого игрока	I	9-13	6	16	
1.4.2. Техника вратаря	I	14-15	4	12	
1.5. Тактика хоккея	I	16-18	8	20	

<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>			<b>26</b>	<b>88</b>	
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	27-28	2	12	
2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	II	29-33	6	32	
2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея	II	33-35	6	18	
2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	II	35-38	10	20	
2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов	II	39	2	6	
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>6</b>	<b>15</b>	
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	II	40	2	12	
3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	III	1	2	2	
3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	III	2	2	1	
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>6</b>	<b>16</b>	
4.1. Правила игры и методика судейства	II	41	2	14	
4.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	III	3-4	4	2	
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>			<b>22</b>	<b>10</b>	
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	III	5	2	2	
5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов	III	6-8	6	2	
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	III	9-12	8	4	
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	III	13-15	6	2	
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>			<b>18</b>	<b>9</b>	
6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации	IV	24-25	4	2	
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	IV	26-28	6	2	
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла	IV	29-32	8	5	
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>18</b>	<b>40</b>	
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	IV	33-34	8	2	
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	IV	35	2	2	
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	IV	36	2	2	
7.4. Материально-техническое обеспечение	V	1	2	16	
7.5. Научно-методическое обеспечение	V	2-3	4	18	
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>			<b>38</b>	<b>179</b>	
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	V	4-6	6	48	

8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	V	7-11	10	47	
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	V	12-15	8	30	
8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VI	27-29	10	22	
8.5. Восстановительные мероприятия	VI	29	2	16	
8.6. Профилактика травматизма	VI	30	2	16	
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>			<b>16</b>	<b>78</b>	
9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VI	30	2	16	
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VI	30-31	8	18	
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VI	32	6	44	
<b>Экзамен</b>	II, IV, VI				27
<b>Итого за весь курс обучения:</b>			<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>

#### 4.1.2. Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>			<b>38</b>	<b>78</b>		
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	1-2	2	4		
1.2. Физические качества хоккеиста	I	3-7	8	24		
1.3. Психические качества хоккеиста		8	2	2		
1.4. Техника хоккея						
1.4.1. Техника полевого игрока	I	9-13	6	16		
1.4.2. Техника вратаря	I	14-15	4	12		
1.5. Тактика хоккея	I	23-26	8	20		
<b>Итого за I семестр:</b>			<b>30</b>	<b>78</b>		
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>			<b>26</b>	<b>88</b>		
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	27-28	2	12		
2.2. Методика обучения и	II	29-33	6	32		

совершенствования техники хоккея						
2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея	II	33-35	6	18		
2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	II	35-38	10	20		
2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов	II	39	2	6		
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>2</b>	<b>12</b>		
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	II	34-35	2	12		
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>2</b>	<b>14</b>		
4.1. Правила игры и методика судейства	II	36-37	2	14		
<b>Итого за II семестр:</b>			<b>30</b>	<b>114</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за I год обучения:</b>			<b>60</b>	<b>195</b>	<b>9</b>	

## РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОККЕИСТОВ

### Тема 1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов

#### *Занятия семинарского типа*

Проанализировать двигательные режимы и содержание игровой деятельности полевого игрока и вратаря в ходе учебно-тренировочных занятий и контрольных игр.

#### *Самостоятельная работа*

Проанализировать содержание игровой деятельности вратаря на основе результатов педагогических наблюдений (по материалам видеозаписей игр Чемпионата КХЛ). Представить количественные показатели (объём, эффективность) основных технико-тактических действий вратарей различных команд в виде отчёта.

### Тема 1.2. Физические качества хоккеиста

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование общей и специальной физической подготовленности. Упражнения по развитию физических качеств. Упражнения на развитие собственно-силовых, скоростно-силовых способностей, скоростно-силовой и силовой выносливости. Упражнения на развитие качества быстроты, избирательно на отдельные элементарные формы проявления быстроты (быстроты двигательной реакции, быстроты выполнения отдельного двигательного акта, частоту движений) и их комплексное проявление. Упражнения на развитие общей и специальной выносливости хоккеиста. Упражнения на развитие координационных качеств (ловкости) и гибкости.

Подбор и проведение студентами упражнений, преимущественно воздействующих на отдельные физические качества и их комплексное проявление.

#### ***Самостоятельная работа***

Изучить факторы, от которых зависит выносливость хоккеиста.

Составить блоки тренировочных заданий по совершенствованию аэробных и анаэробных способностей.

### **Тема 1.3. Психические качества хоккеиста**

#### ***Занятия семинарского типа***

Определение уровня развития психических качеств хоккеиста: целеустремлённости, решительности, смелости, инициативности, выдержки и самообладания.

#### ***Самостоятельная работа***

Описать психологические особенности игровой деятельности хоккеистов и сформулировать задачи общей психологической подготовки.

Дать характеристику волевых качеств хоккеиста и показать методику их воспитания.

Раскрыть методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

Определить задачи психологической подготовки к конкретному матчу.

## **Тема 1.4. Техника хоккея**

### **1.4.1. Техника полевого игрока**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование различных приёмов техники передвижения на коньках: бега скользящими и короткими шагами, бега скрестными шагами и спиной вперёд, стартов и торможения, поворотов и прыжков.

Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой: ведение и обводки, броски и удары шайбы, отбор шайбы клюшкой и с использованием силовых приёмов туловищем.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию различных приёмов техники передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой.

Совершенствование основных технических приёмов (передвижения на коньках, удары и броски шайбы).

Определение объёма и эффективности выполнения различных технических приёмов.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию относительно сложных приёмов техники полевого игрока.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать различные приёмы техники полевого игрока: передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники полевого игрока.

- комплексы упражнений по совершенствованию техники бега на коньках лицом и спиной вперёд, скользящими короткими и скрестными шагами, с



поворотами влево и вправо на 90°, 180° и 360°, старты и торможения, прыжки толчком одной и двумя ногами и др.;

- комплексы упражнений по совершенствованию приёмов техники скоростного маневрирования;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных способов ведения шайбы и обводки: длинной, короткой и силовой, в том числе с освоением и совершенствованием различных финтов;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники завершающих ударов и бросков шайбы в ворота, обеспечивающих их силу, точность, быстроту и скрытность выполнения;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных видов приёмов (остановок) передач шайбы, с акцентом на своевременность и точность выполнения преимущественно длинных, продольных и диагональных передач;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники отбора шайбы клюшкой и с помощью силовых приёмов туловищем: остановки и толчки соперника плечом, грудью и верхней задней частью бедра.

Анализ фазовой структуры техники бега скользящими шагами; с оценкой кинематических и динамических характеристик движений хоккеиста.

#### **1.4.2. Техника вратаря**

Совершенствование техники передвижения вратаря на коньках. Основная стойка вратаря. Передвижение на параллельных коньках вдоль линии ворот. Передвижение выпадами и бегом короткими шагами с последующим откатом назад спиной вперёд. Торможение «плугом» и «полуплугом». Анализ техники ловли шайбы «ловушкой» и на туловище. Отбивание шайбы щитками, «блином» и клюшкой. Падение вратаря на колени, на бок и на грудь.

Проведение учебно-тренировочных занятий по разучиванию различных приёмов техники игры вратаря.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать технику игры вратаря: основная стойка, особенности передвижения на коньках, ловля шайбы «ловушкой», отбивание шайбы «блином», клюшкой, щитками. Падение вратаря на колени, на бок, прижимание шайбы, игра клюшкой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники вратаря.

## **Тема 1.5. Тактика хоккея**

### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор позиции, маневр с шайбой и без неё, опека противника, выполнение обязанностей в соответствии с игровым амплуа).

Совершенствование групповых и командных тактических действий в обороне и атаке в рамках определённых тактических систем.

Совершенствование различных тактических вариантов организации атаки (выход из зоны защиты), развития атаки (прохождение средней зоны) и завершения атаки (вход в зону противника и действия хоккеистов, направленные на взятие ворот).

Совершенствование тактических вариантов различных оборонительных систем в зоне нападения, в средней зоне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию командной тактики нападения и обороны. Разучивание и совершенствование тактических вариантов организации, развития и завершения атакующих действий.

Совершенствование вариантов тактических действий в рамках малоактивных и активных тактических систем.

Совершенствование тактики игры в численном неравенстве (в большинстве и меньшинстве).

### ***Самостоятельная работа***

Составить тренировочные задания по тактической подготовке, направленные на совершенствование тактических вариантов игры в обороне и атаке в рамках современных тактических систем.

Подготовиться (составить план - конспект) к проведению учебно-тренировочного занятия тактической направленности.

## **РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий различных организационно-методических форм: раздельной, групповой, круговой, поточной. Совершенствование управленческих действий тренера: выбор места, подача команд и т.д.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению части урока по начальному обучению одному из основных приёмов техники полевого игрока, включая разработку плана-конспекта, реализацию словесных, наглядных, практических методов обучения и соблюдения основных дидактических принципов, воспитывающего обучения, самосовершенствование культуры речи.

### **Тема 2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея**

#### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий направленных на освоение частных методик обучения и совершенствования различных приёмов техники. Подбор соответствующих упражнений и методов их проведения в

зависимости от структуры технического приёма, условий проведения и контингента занимающихся.

Выявление ошибок при выполнении упражнений и рациональное использование соответствующих подходов к их исправлению.

### ***Обучение техническим приёмам полевого игрока, их совершенствование***

**Техника передвижения на коньках.** Посадка (стойка) хоккеиста. Техника передвижения на коньках широким (скользящим), коротким (ударным) шагом. Торможение и притормаживание на двух и одном коньке с поворотом на 90°, прыжком, «плугом», «полуплугом». Бег скрестным шагом. Изменение направления бега: переступанием, перебежкой, не отрывая коньков ото льда. Бег по виражу вправо, влево, по «восьмёрке», по кругу. Бег спиной вперёд без отрыва коньков ото льда; переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперёд по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмёрке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений (лицом, спиной и боком к направлению движения). Вращение прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и обеими ногами с «приземлением» на один и оба конька. Перемещение шагом. Бег на носках и «пятках» лезвий коньков лицом, боком, спиной вперёд. Опускание на одно и оба колена, падение. Различные кувырки с последующим принятием основной стойки.

**Техника владения клюшкой и шайбой.** Обучение держанию клюшки руками. Ведение шайбы. Ведение широкое, короткое, без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), при движении по прямой и по дугам.

Сочетание различных способов ведения шайбы перед собой, сбоку, вперёд-назад, по диагонали, с использованием коньков.

Броски. Обучение длинному броску с удобной и не удобной стороны слева и справа, с места, в движении. Обучение удару-броску с короткого и длинного замаха.

Передачи. Передача шайбы броском с удобной и неудобной стороны разного направления и длины. Обучение передаче подкидкой, ударам (с длинного и короткого замаха), коньком.

### *Обучение техническим приёмам вратаря, их совершенствование*

**Техника передвижения на коньках.** Обучение и совершенствование основной стойки вратаря, скольжения, не отрывая коньков ото льда, передвижения по дугам приставными шагами, передвижения выпадами (вперёд, в сторону), передвижения спиной вперёд, опускания на одно, два колена, падения на лёд (влево, вправо), торможения, поворотов, вращения и т.д.

**Техника ловли, отбивания, накрывания шайбы.** Ловля ловушкой шайбы, летящей с разной скоростью и на разной высоте с дальней, средней и близкой дистанции от ворот. Ловля шайбы, используя «блин» и «ловушку». Отбивание клюшкой шайбы, летящей или скользящей по льду со стороны руки с ловушкой и со стороны руки с клюшкой. Отражение щитками и коньком шайбы, летящей низко надо льдом и скользящей по льду в сторону от вратаря.

### *Самостоятельная работа*

Дать характеристику основной схеме обучения техническим приёмам: создание представления об изучаемом приёме (объяснение, показ, имитация). Изучить применение метода расчленённого и целостного упражнения, а также выполнение приёма в упрощённых условиях, в движении, после ведения, приёма и передачи.

## **Тема 2.3. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея**

### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий хоккеистов в атаке и обороне; методика обучения и совершенствования тактики игры вратаря.

Совершенствование различных индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию по совершенствованию индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне.

Проведение студентами занятий тактической направленности с обоснованием использованных средств и методов. В заключительной части разбор и обсуждение проведённого занятия и его оценка.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности методических подходов к обучению совершенствованию тактики хоккея.

Составление плана-конспекта для проведения занятия тактической направленности.

## **Тема 2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Выполнение упражнений по воспитанию физических качеств хоккеиста.

**Упражнения для воспитания силовых качеств.** Старты, рывки и торможения на коньках. Ударный бег на коньках с прыжками. Упражнения на коньках с преодолением различных сопротивлений и отягощений (упражнения с эспандером, утяжелёнными поясами, набивными мячами, утяжелёнными шайбами, клюшками, с партнёром). Упражнения в единоборствах за шайбу. Игры и игровые упражнения с переносом дозированных отягощений.

**Упражнения для воспитания быстроты.** Передвижения на коньках. Повторное пробегание коротких отрезков от 10 до 100 м из разных исходных положений в различных направлениях.

Бег с максимальной скоростью с резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, кругу, спирали, восьмёрке (лицом и спиной вперёд).

Эстафеты и игры. Приём и быстрая передача шайбы. Игры и упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение шайбой, мячом и т.д.). Броски шайбы поточно, в борт, с регистрацией времени. Бег на коньках на 18, 36 и 54 м на время.

**Упражнения для воспитания специальной выносливости.** Упражнения в беге на коньках с разной продолжительностью, интенсивностью и интервалами отдыха (равномерный, переменный и интервальный бег). Разновидности челночного бега. Игры и игровые упражнения, проводимые в режимах, адекватных соревновательной деятельности.

**Упражнения для воспитания ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Ходьба и бег на «носках» и «пятках» коньков. Выбивание шайбы у партнёра в падении. Игра клюшкой и шайбой в необычных исходных положениях в условиях внезапно меняющихся ситуаций.

**Упражнения для воспитания гибкости.** Маховые упражнения руками, ногами, с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращения туловища, полушпагат, шпагат. Упражнения с клюшкой и партнёром, «мост» из положения лёжа, наклоны назад и другие упражнения для мышц, несущих основную нагрузку в игре.

В специальной физической подготовке вратаря также используются перечисленные упражнения, однако, методика их проведения более специфична и должна соответствовать структуре их соревновательной деятельности.

Проведение занятий студентами по воспитанию физических качеств хоккеиста (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости).

В заключение урока преподавателем проводится разбор, на котором даются обоснованный анализ и оценка действий студента (выбор им места, показ и объяснение, соответствие содержания урока поставленным задачам).

### ***Самостоятельная работа***

Изучить структуру скоростных качеств и особенности их проявления в соревновательной деятельности.

Дать характеристику выносливости хоккеиста и факторам, её определяющим.

Разработать тренировочные задания по воспитанию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов.**

### *Занятия семинарского типа*

Развитие и совершенствование оперативного мышления и волевых качеств.

Определение уровня психических функций хоккеистов.

### *Самостоятельная работа*

Разработать детальный план специальной психологической подготовки к конкретному матчу, включающий в себя:

- осознание значимости и особенностей предстоящего матча;
- изучение сильных и слабых сторон противника;
- формирование уверенности в своих силах для достижения победы;
- преодоление отрицательных эмоций;
- использование аутогенной и психорегулирующей тренировки.

## **РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства**

### *Занятия семинарского типа*



Составление плана-конспекта и проведение примерного учебно-тренировочного урока с начинающими хоккеистами.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Правила игры и методика судейства**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование навыков судейства соревнований по хоккею в качестве главного судьи или его помощника.

Анализ судейства соревнований по хоккею, выявление недостатков, ошибок в исполнении правил соревнований.

#### *Самостоятельная работа*

Подготовиться к практике организации судейства зачётных соревнований: изучить требования «Правил соревнований» к функциональным обязанностям назначенной судейской должности; устранить недостатки, исправить ошибки, выявленные при анализе предыдущего судейства.

#### 4.1.2. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>4</b>	<b>3</b>		
3.1. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	III	1	2	2		
3.2. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	III	2	2	1		
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>4</b>	<b>2</b>		
4.1. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	III	3-4	4	2		
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>			<b>22</b>	<b>8</b>		
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	III	3	2	2		
5.2. Характеристика этапов	III	4-6	6	2		

многолетней подготовки юных хоккеистов						
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	III	7-10	8	4		
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	III	11-13	6	2		
<b>Итого за III семестр:</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>			<b>18</b>	<b>9</b>		
6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации	IV	14-15	4	2		
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	IV	24-26	6	2		
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла	IV	27-30	8	5		
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>12</b>	<b>6</b>		
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	IV	31-32	8	2		
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	IV	33	2	2		
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	IV	34	2	2		
<b>Итого за IV семестр:</b>			<b>30</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за II курс обучения:</b>			<b>60</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	

### **РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ.**

#### **Тема 3.1. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах.**

##### *Занятия семинарского типа*

Организация и планирование учебно-тренировочного процесса по хоккею в вузах, среднеспециальных учебных заведениях общеобразовательных школах.

Проведение занятий со школьниками разного возраста по совершенствованию техники и тактики хоккея.

### *Самостоятельная работа*

Подготовиться к проведению урока по хоккею со школьниками старшего возраста, включая разработку плана-конспекта.

## **Тема 3.2. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста.**

### *Занятия семинарского типа*

Особенности работы по хоккею с лицами среднего и пожилого возраста. Проведение и комплектование групп, и составление текущего плана учебно-тренировочной работы. Методика проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

Проведение учебно-тренировочных занятий с группами среднего и пожилого возраста по обучению и совершенствованию техники и тактики хоккея.

### *Самостоятельная работа*

Подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий по хоккею с группами среднего и пожилого возраста, включая разработку планов-конспектов.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Организация и проведение соревнований. Положения о соревнованиях**

### *Занятия семинарского типа*

Проведение организационных мероприятий по подготовке и проведению соревнований. Составление положения о соревнованиях.

Составление календаря соревнований, проведение жеребьёвки.

### *Самостоятельная работа*

Составить сетки соревнований по круговой, с выбыванием и комбинированной системам.

## **РАЗДЕЛ 5. СИСТЕМА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы**

#### *Занятия семинарского типа*

Динамика видов подготовки (физической, технической, тактической и соревновательной) и соотношение их объёмов в возрастном аспекте.

Содержание подготовки юных хоккеистов разного возраста по годам обучения.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

#### *Самостоятельная работа*

Содержание программ для ДЮСШ и СДЮШОР. Подобрать материал по видам подготовки на основе программ для различного возраста занимающихся.

### **Тема 5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов.**

#### *Занятия семинарского типа*

Средства, методы и методические подходы, применяемые в учебно-тренировочном процессе с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности учебной и воспитательной работы с группами предварительной подготовки, начальной специализации, углублённой специализации и спортивного совершенствования.

## **Тема 5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки.**

### ***Занятия семинарского типа***

Построение базовых мезоциклов. Задачи, направленность и динамика тренировочных нагрузок, соотношение видов подготовки. Динамика средств и методов.

Построение собственно тренировочных микроциклов. Задачи, динамика и направленность нагрузок по дням микроцикла. Динамика средств и методов.

Проведение серии тренировочных занятий разной направленности в определённой методической последовательности по совершенствованию технической и тактической подготовленности, обеспечивающей реализацию модели построения тренировочного микроцикла.

### ***Самостоятельная работа***

Охарактеризовать модели построения мезо- и микроциклов на общеподготовительном этапе.

Составить схемы распределения нагрузки в общеподготовительном и восстановительном микроциклах.

## **Тема 5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения.**

### ***Занятия семинарского типа***

Проведение различных видов занятий, направленных на воспитание физических качеств и совершенствование техники и тактики хоккея: тематических (однонаправленных), комплексных (разнонаправленных), восстанавливающих, поддерживающих, развивающих, индивидуальных, групповых, командных.

Подготовка, проведение и анализ примерных тренировочных занятий различных видов и форм.

Проведение студентами занятий различных форм и видов, с последующим разбором и обсуждением.

### ***Самостоятельная работа***

Сущность и значение круговой и поточной форм проведения тренировочного процесса. Разработать варианты круговой и поточной тренировки с учётом особенностей их проведения.

## **РАЗДЕЛ 6. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

### **Тема 6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации**

#### ***Занятия семинарского типа***

Цель определяет структуру и содержание системы и отражает конечный результат деятельности тренера и хоккеистов.

Системно-структурный подход к разработке и обоснованию системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Состав и структура системы. Характеристика содержания первого (верхнего) уровня (тренировка, соревнование и восстановление) системы.

Характеристика содержания второго (нижнего) уровня системы (кадры, материально-методическое обеспечение).

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Отличительные черты отечественной системы подготовки хоккеистов в сравнении с системами ведущих хоккейных стран.

## **Тема 6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации**

### ***Занятия семинарского типа***

Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

Составить планы-конспекты и подготовиться к проведению практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

## **Тема 6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла**

### ***Занятия семинарского типа***



План подготовки команды к официальным соревнованиям.

Подготовка и проведение студентами комплексных тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки, при этом задачи занятия – средства и методы должны соответствовать конкретным этапам, мезо- и микроциклу и тренировочному дню.

К плану-конспекту студент прилагает объяснительную записку с обоснованием построения данного тренировочного занятия.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла.

## **РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем**

#### ***Занятия семинарского типа***

Методика начального отбора. Методика определения игровых способностей, физического развития, технико-тактических способностей, игрового (оперативного) мышления. Метод экспертной оценки.

Особенности отбора кандидатов и комплектование сборных молодёжных команд (17-18 и 19-20 лет).

Проведение серии учебно-тренировочных игр.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнить практические задания и подготовить отчёты по оценке готовности кандидатов в сборную команду юниоров по результатам педагогических наблюдений, тестирований и прямого общения.

## **Тема 7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации**

### ***Занятия семинарского типа***

Состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране.

Сбор и изучение информации о рекомендуемых кандидатах.

Динамические наблюдения за кандидатами в ходе внутреннего чемпионата. Критерии оценки кандидатов. Взаимосвязь тренеров сборных и клубных команд в ходе отбора. Углублённое изучение кандидатов на тренировочных сборах.

Принципы комплектования звеньев команды.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию технико-тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Педагогические наблюдения за игровой деятельностью хоккеистов-кандидатов в сборную команду с оценкой индивидуальных технико-тактических действий.

## **Тема 7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею**

### ***Занятия семинарского типа***

Организация и проведение семинаров по подготовке тренеров-общественников по хоккею.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности подготовки кадров в специализированных вузах. Виды и сроки обучения. Структуру и содержание обучения.

Составить примерный план проведения семинара для тренеров-общественников в объёме 45 часов.

#### 4.1.4. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>6</b>	<b>34</b>		
7.4. Материально-техническое обеспечение	V	1	2	16		
7.5. Научно-методическое обеспечение	V	2-3	4	18		
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>			<b>38</b>	<b>179</b>		
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	V	4-6	6	48		
8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	V	7-11	10	47		
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	V	12-15	8	30		
<b>Итого за V семестр:</b>			<b>30</b>	<b>159</b>		
8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VI	27-29	10	22		
8.5. Восстановительные мероприятия	VI	29	2	16		
8.6. Профилактика травматизма	VI	30	2	16		
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>			<b>16</b>	<b>78</b>		

9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VI	30	2	16		
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VI	31	8	18		
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VI	32	6	44		
<b>Итого за VI семестр:</b>			<b>30</b>	<b>132</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за III год обучения:</b>			<b>60</b>	<b>291</b>	<b>9</b>	

## РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ

### Тема 7.4. Материально-техническое обеспечение

#### *Занятия семинарского типа*

Материально-техническое обеспечение как важный фактор эффективности проведения процесса подготовки хоккеистов, его задачи и содержание.

Характеристика видов материально технического обеспечения. Современные технические средства и аппаратура. Устройства, применяемые в хоккее.

Строительство спортооружений: катков с искусственным льдом, залов для занятий атлетизмом. Обеспечение необходимых условий для нормального проведения занятий: ледовая арена, отвечающая необходимым требованиям (должное состояние льда и освещённости, наличие соответствующего оборудования и инвентаря).

Анализ современных технических средств и методика их использования в процессе подготовки хоккеистов.

Современная учебно-тренировочная база и её обеспечение необходимым оборудованием, инвентарём, техническими средствами.

Проблема оптимального обеспечения в быту и на тренировочных сборах (место проживания, зарплата, питание, отдых, культурные программы и др.).

#### *Самостоятельная работа*

Ознакомиться с учебно-тренировочной базой одной из команд КХЛ, её оснащением тренажёрным и специальным оборудованием, условиями проживания и быта спортсменов и тренеров.

## **Тема 7.5. Научно-методическое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи и организация научно-методического обеспечения подготовки хоккеистов. Характеристика разделов работы по научно-методическому обеспечению: прогнозирование, моделирование, программирование, отбор, реализация программ и планов, комплексный контроль.

Формирование комплексных научных групп (КНГ).

Задачи и содержание работы педагогического и медико-биологического секторов КНГ.

Разработка рекомендаций по повышению эффективности процесса подготовки хоккеистов – как наиболее важная результирующая функция деятельности КНГ.

Взаимосвязь работы комплексной научной группы и тренерского состава.

Принципы организации комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению подготовки команд высокой квалификации.

Задачи, стоящие перед КНГ и содержание её работы. Взаимодействие с тренерским составом.

Анализ содержания основных разделов работы КНГ (прогнозирование, моделирование, программирование, контроль) по научно-методическому обеспечению подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Планирование и отчётность работы КНГ. Разработка долгосрочных и текущих планов.

Технология составления текущих и итоговых планов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить организацию и методику проведения работы по научно-методическому обеспечению подготовки и выступлению сборных команд юниоров (17-18 лет).

## **РАЗДЕЛ 8. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 8.1. Программирование подготовки хоккеистов**

#### *Занятия семинарского типа*

Программирование – как основанная функция управления процессом подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методические подходы к разработке комплексных целевых программ на олимпийский цикл подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Технология разработки текущих и оперативных программ и планов. Основные требования, предъявляемые к планам.

Основные этапы разработки плана:

- сбор и анализ информации;
- прогнозирование;
- моделирование;
- формирование плана (постановка цели и задач, распределение нагрузок разного характера и направленности, динамика средств и методов);
- внесение коррекции (в ходе реализации плана).

Составление текущих (на годичный цикл) и оперативных (на мезоцикл) программ и планов подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработка программ и планов подготовки хоккеистов на годичный цикл.

Составление оперативных планов на мезо- и микроциклы.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годичного цикла.

#### *Самостоятельная работа*

Разработать и защитить план на годичный цикл подготовки юных хоккеистов старшего возраста.

Изучить особенности программирования (планирования) процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработать индивидуальный план для одного из хоккеистов команды высокой квалификации в соответствии с его возрастом, уровнем здоровья,

## **Тема 8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Контроль как важная составляющая системы подготовки хоккеистов. Этапный, текущий и оперативный контроль. Контроль психолого-педагогический и медико-биологический.

Контроль соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок и эффективности соревновательной и тренировочной деятельности.

Контроль уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов.

Контроль в системе подготовки юных хоккеистов.

Контроль в системе подготовки хоккеистов высокой квалификации. Этапный, текущий и оперативный контроль. Содержание углублённого медицинского обследования (УМО), этапного комплексного обследования (ЭКО), текущего контроля.

Содержание и методика проведения этапных комплексных обследований в годичном цикле подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методика обследования соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов, в том числе с помощью технических средств и компьютерных технологий.

Проведение студентами тестирующих процедур по оценке уровня специальной физической подготовленности хоккеистов, а также обследование соревновательной деятельности хоккеистов с использованием современных инструментальных методик и компьютерных технологий.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику оценки уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов. Разработать систему тестов по оценке физической и технико-тактической подготовленности хоккеистов.

Провести тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической подготовленности юных хоккеистов ДЮСШ и СДЮШОР. Подготовить и защитить отчёт.

### **Тема 8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Современные подходы к системе управления подготовкой хоккеистов.

Основные функции управления тренировочной деятельностью хоккеистов (программирование, реализация планов тренировки, контроль тренировочного процесса).

Основные средства и методы управления тренировочной деятельности хоккеистов.

Подходы к оптимизации тренировочного процесса. Формирование в тренировочном процессе игровых концепций команды.

Характеристика стратегического управления тренировочным процессом на относительно продолжительных временных отрезках. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов. Обеспечение надлежащих материально-технических условий проведения тренировочного процесса. Доукомплектование состава команды. Создание нормального работоспособного коллектива единомышленников.

Проведение практических занятий разной направленности с акцентами на демонстрацию управленческой деятельности тренера.

Проведение студентами комплексных тренировочных занятий с акцентом на оценку управленческой деятельности проводящего – тренера.

#### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать методические подходы к разработке плана предстоящего матча. Изучить методику проведения установки и управления



тренером игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча, с последующим разбором матча.

Разработать план предстоящего матча и подготовить его к апробации в предигровой тренировке.

#### **Тема 8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов**

##### ***Занятия семинарского типа***

Виды управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Характеристика стратегического управления. Организационные, методические и руководящие действия тренера, направленные на проведение подготовительных, контрольных и официальных игр.

Составление плана подготовительных игр с определением их количества и последовательности с конкретными командами-соперницами. Определение стратегической линии в проведении различных мероприятий в ходе официальных матчей.

Характеристика оперативного управления. Подготовка хоккеистов к матчу и управление их действиями в ходе матча.

Характеристика и методика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Сбор информации о противнике.

Разработка студентами плана предстоящего матча с конкретным противником. Уточнение плана после предигровой тренировки. Установка на матч и управление игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча. Указания в перерывах. Разбор матча с оценкой степени выполнения плана хоккеистами и управленческой деятельности тренера.

##### ***Самостоятельная работа***

Изучить и проанализировать методические подходы к организации и проведению оперативной управленческой деятельности тренера при подготовке и проведении конкретного матча.

Разработать план предстоящего матча с конкретным противником.

## **Тема 8.5. Восстановительные мероприятия**

### ***Занятия семинарского типа***

Виды и значимость восстановительных мероприятий как составной части системы подготовки хоккеистов.

Психолого-педагогические восстановительные мероприятия, строгая нормирование нагрузок, переключение на другой вид деятельности (активный отдых). Борьба с монотонностью занятий, повышение интереса и эмоционального настроения. Применение развлекательных мероприятий, аутогенной и психорегулирующей тренировки.

Медико-биологические восстановительные мероприятия. Фармакологические препараты. Физические средства: баня, массаж, барокамеры, свето- и магнитопроцедуры и др.

Тактика применения средств восстановления на отдельных этапах годового цикла.

Изучение методик использования различных средств восстановления.

Ознакомление с работой восстановительных центров ведущих хоккейных клубов.

Проведение студентами педагогических и гигиенических средств восстановления.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику комплексного применения различных средств восстановления.

## **Тема 8.6. Профилактика травматизма**

### ***Занятия семинарского типа***

Характеристика видов травматизма в хоккее: ушибы, рассечения, растяжения мышц ног и плечевого пояса, травмы коленного и голеностопного суставов и др.

Профилактика травматизма. Научно и методически обоснованный режим тренировок и отдыха.

Грамотное использование эффективных средств восстановления.

Анализ методических подходов по профилактике травматизма в хоккее. Соблюдение основных методических положений при ведении учебно-тренировочного процесса.

Строгое нормирование тренировочных нагрузок. Качественная подготовка органов, функциональных систем и двигательного аппарата в подготовительной части занятий. Обеспечение нормальных условий проведения занятий, высококачественным защитным инвентарём: шлемы, маски, щитки и др.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить причины травматизма в хоккее, а также основные мероприятия, средства и методы по его профилактике:

- преодоление причин, обуславливающих травматизм (нерегулярность занятий, несоблюдение санитарно-гигиенических требований, отсутствие врачебного контроля и др.);
- правильная организация учебно-тренировочного процесса;
- воспитание физических качеств в соответствии с особенностями хоккея;
- подбор наиболее рациональных (с учётом индивидуальных особенностей спортсмена) упражнений;
- постоянный контроль состояния здоровья и самочувствия хоккеистов.

## **РАЗДЕЛ 9. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Тема 9.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

#### ***Занятия семинарского типа***

Основные задачи НИР по хоккею. Состояние НИР по хоккею в настоящее время и перспективы её развития. Проблематика научных исследований по хоккею.

Определение основных направлений исследований. Внедрение научных исследований по хоккею в практику подготовки хоккеистов.

Организация научных исследований. Выбор темы исследования. Определение направления исследования.

Составление плана исследования. Формирование рабочей гипотезы исследования. Подбор методов и методик исследований.

Обеспечение контингента испытуемых и условий исследования.

Особенности УИРС по хоккею.

Изучение методов и методик исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Выполнение лабораторных, курсовых и выпускных квалификационных работ экспериментального характера.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить теоретический курс НИР.

Ознакомиться с работой смежных научно-исследовательских организаций и комплексных научных групп (КНГ).

Изучить перспективы НИР: определение основных направлений исследования - в технике, в физической и психологической подготовке, в методике тренировки. Внедрение результатов в практику.

## **Тема 9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею.**

### ***Занятия семинарского типа***

Планирование и организация исследований. Подбор и назначение методов и методик исследования, соответствующих цели и задачам

исследования. Определение контингента испытуемых. Проведение корректных обследований и тестирующих процедур.

Изучение и овладение методами и методиками исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Обследования студентами соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Характеристика групп методов, преимущественно используемых студентами при выполнении выпускных квалификационных работ: теоретический анализ литературы, педагогические наблюдения, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Характеристика используемых инструментальных методик и технических средств: измерительный комплекс «Хоккей», измерительный стенд, электронная дорожка, спорт-тестеры, видеотехника, компьютерные технологии.

Метрологический контроль научной аппаратуры.

Планирование и организация исследований.

Изучение и овладение методами и методиками научных исследований.

Проведение студентами исследований в плане выполнения выпускных квалификационных работ.

Обследование соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Проведение тестов и тестирующих процедур по оценке уровня подготовленности хоккеистов.

### ***Самостоятельная работа***

Совершенствование навыков инструментальной оценки уровня общей и специальной физической подготовленности хоккеистов, а также оценки уровня их технико-тактического мастерства.

Изучить методы и методики исследований. Подбор и назначение методик, соответствующих цели и задачам исследований. Информативность методик. Рациональный выбор измерительной и регистрирующей аппаратуры. Специальные и портативные методики, используемые в хоккее. Виды

получаемой информации (графическая, цифровая), её обработка. Частные методики. Требования, предъявляемые к научным методикам исследования.

### **Тема 10.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Задачи, значение и особенности НИР и УИРС по хоккею.

Формы проведения НИР и УИРС. Учебные и лабораторные занятия. Сообщения, доклады, рефераты, заседания научного студенческого кружка, конференции, семинары.

Требования к выполнению выпускных квалификационных работ. Структура выпускной квалификационной работы. Написание введения, отдельных глав, заключения, выводов, их логическая взаимосвязь и соответствующее оформление работы. Подбор иллюстративного материала. Корректировка текстового и табличного материала.

Технология написания и оформления выпускной квалификационной работы.

Технология написания доклада к защите выпускной квалификационной работы. Подбор иллюстративного материала и корректировка текста по содержанию, логике изложения и времени.

Предварительная апробация выпускных квалификационных работ.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнение и оформление выпускной квалификационной работы. Окончательная корректировка доклада, взаимосвязи текста и иллюстраций. Репетиция доклада. Вопросы по содержанию работы и соответствующие ответы.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### ***Вопросы для устного ответа на экзамене***

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства.
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
4. Силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Скоростные и скоростно-силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
7. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
8. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
9. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
10. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.

11. Определение и характеристика выносливости хоккеиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
12. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
13. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
14. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
15. Характеристика координационных качеств хоккеиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
16. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
17. Раскройте понятия и классификацию техники хоккея, структуру технического приема. Признаки классификации.
18. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
19. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность бросков и ударов шайбы.
20. Раскройте понятия и классификацию тактики хоккея.
21. Покажите тактические варианты организации атаки- выход из зоны защиты.
22. Покажите тактические варианты завершающей фазы атаки с хода.
23. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
24. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном хоккее.
25. Раскройте принципы командных оборонительных действий хоккеистов.
26. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 2:1:2.
27. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 1:4.



28. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения хоккеистов технико-тактическим приемам игры.
29. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с хоккеистами.
30. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
31. Силовые качества хоккеистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
32. Техника передвижения хоккеиста на коньках, классификация. Биомеханический анализ бега скользящими шагами. Методика обучения бегу скользящими шагами.
33. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
34. Техника ударов и бросков шайбы. Виды бросков и их характеристика. Биомеханический анализ броска шайбы. Методика обучения и совершенствования.
35. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
36. Техника поворотов хоккеиста на коньках. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
37. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.
38. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
39. Техника отбора шайбы с применением силовой борьбы. Виды силовых проявлений и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы с применением силовой борьбы.

40. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
41. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения и отбивания шайбы.
42. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
43. Техника бега спиной вперёд. Виды техники бега спиной вперёд и их характеристики. Анализ техники бега спиной вперёд скрестными шагами и методика обучения.
44. Скоростная подготовка в структуре тренировки хоккеистов.
45. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучению продвижению вратаря на коньках.
46. Определение и характеристика выносливости хоккеиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности хоккеиста
47. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
48. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
49. Индивидуальные технико-тактические действия хоккеистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.
50. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
51. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
52. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.

53. Групповые тактические действия хоккеистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
54. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
55. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
56. Воспитание выносливости в системе тренировки хоккеистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годичного цикла.
57. Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 1-4.
58. Характеристика ловкости, или координационных способностей хоккеиста. Факторы, определяющие ловкость хоккеиста.
59. Командная тактика обороны. Характеристика активных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 2-1-2.
60. Методика воспитания ловкости у хоккеистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
61. Контратаки из различных углов хоккейной площадки. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
62. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.
63. Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
64. Психологическая подготовка хоккеиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.

- 65.Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
- 66.Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки хоккеиста.
- 67.Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
- 68.Организация и проведение соревнований по хоккею. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
- 69.Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.

## 2 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных хоккеистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных хоккеистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных хоккеистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности хоккеистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных хоккеистов.
9. Особенности технической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных хоккеистов.

12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных хоккеистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных хоккеистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности хоккеистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского хоккея в нашей стране.
20. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годичного цикла тренировки хоккеистов.
24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.
29. Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.

31. Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке хоккеистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.

### 3 курс

#### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.
2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных хоккеистов.
3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.
4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.
5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годового цикла.
6. Основные направления научных исследований по хоккею.
7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.
8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.
9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.

10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях хоккеем. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности хоккеистов.
19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности хоккеистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование, Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, Технология составления оперативных планов.
24. Питание хоккеиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.
25. Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
26. Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в хоккее тестов.

27. Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.
28. Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
29. Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.
30. Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
31. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки хоккеистов.
32. Структура и содержание тренировочного занятия.
33. Педагогический контроль в тренировке хоккеистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности хоккеистов.
34. Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.
35. Текущий контроль в подготовке хоккеистов. Оценка соревновательной деятельности.
36. Контроль тренировочной деятельности хоккеистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.
37. Характеристика физических нагрузок.
38. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
39. Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью хоккеистов.
40. Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.



## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) основная литература:

1. Азбука хоккея с шайбой : [пер. со швед, яз.] / авт. проекта Томми Боустедт ; Федер. хоккея Респ. Беларусь, Федер. хоккея Швеции. - Минск: Белорус, энцикл. им. Петруся Бровки, 2011. - 360 с.: ил.
2. Горбунов В.В. История зимних олимпийских видов спорта / В.В. Горбунов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.
3. Кирсанова Л.В. Психология судейства в хоккее на льду / Л.В. Кирсанова, А.А. Поляков. - М.: Сов. спорт, 2012. - 82 с.: табл
4. Ледовые арены : [учеб. пособие] : [утв. метод. Советом Федер. гос. образоват. учреждения проф. образования "Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петерб."] / [под общ. ред.: Жестянникова Л.В., Загайнова М.В.] ; Автоном. некоммерч. орг. "Организац. ком. 22 Олимп, зим. игр и 11 Паралимп. зим. игр 2014 г. в г.Сочи". - М.: [Б. м.]; СПб., 2011. - 280 с: ил.
5. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень D / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича, В.Л. Звонкова]. - М.: Человек, 2012. – 84с.: ил.
6. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень C / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 83с.: ил.
7. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень B / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 80с.: ил.
8. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень A / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 94с.: ил.
9. Савин В.П. Теория и методика хоккея : учеб. для студентов акад. и вузов физ. культуры по направлению 521900; по спец. 022300 : доп. Умо по

образованию в обл. физ. культуры и спорта / Савин Валентин Павлович. - М.: ACADEMIA, 2003. - 399 с.: ил.

10. Савин В.П. Оценка уровня физической подготовленности хоккейных вратарей 15-16 лет и его динамики в подготовительном периоде : метод, разработ. для студентов РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.В. Крутских. - М.: Физ. культура, 2006. - 24 с.: ил.
11. Савин В.П. Технология планирования учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ : метод, разработ. для студентов и слушателей ИППК РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.С. Львов. - М.: Физ. культура, 2006. - 23 с.: ил.
12. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей) : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - бакалавр : форма обучения - оч. и заоч. : [утв. и рек. эмс "РГУФКСМиТ"] / [сост.: Давыдов Алексей Петрович, Крутских Владислав Вячеславович] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет, образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 36 с. : табл.
13. Твист П. Хоккей: теория и практика . предисл. Павла Буре. - М.: Астрель: АСТ, 2009. – 288 с.: ил.
14. Тихомиров А.К. Управление подготовкой в спорте : монография / А.К. Тихомиров; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: Кн. И Бизнес, 2010. - 229 с.: ил.

б) дополнительная литература:

1. Букатин А.Ю. Хоккей / Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. - М.: ФиС, 2000. - 182 с.: ил.
2. Игра вратаря в хоккее с шайбой : Техн. приемы, доказавшие эффективность и помогающие вратарям надежно защищать свои ворота [пер. с англ.] = Hockey goaltending : Proven techniques for dominating the net /

- под ред. Брайана Даккорда = Brian Daccord editor. - Киев: Олимп. лит., 2013. - 263 с.: ил.
3. Никонов Ю.В. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю.В. Никонов. – Минск : Витпостер, 2014.- 576 с.
  4. Петрушкина Н.П. Комплексный контроль в системе управления подготовкой высококвалифицированных хоккеистов : учеб. пособие предназначено для студентов направления 032100 специальности 032101 / Н.П. Петрушкина, Е.Ф. Сурина-Марышева, В.А. Пономарева ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ. культуры. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2007. - 68 с.: табл.
  5. Савин В.П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: Рек. УМО по образованию в области физ. культуры и спорта : учеб. пособие / Савин В.П., Удилов Г.Г., Крутских В.В.; РГАФК. - М., 2002. - 61 с: табл.
  6. Тарасов А.В. Хоккей. Родоначальники и новички / А.В. Тарасов. – Москва: Эксмо, 2015. – 408 с.: ил.
  7. Черапкина Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) : [учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта, обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101] : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Л.П. Черапкина, В.Г. Тристан ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. анатомии и физиологии. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2006. - 80 с: ил.
  8. Шестаков М.П. Специальная физическая подготовка хоккеистов / Шестаков М.П., Назаров А.П., Черенков Д.Р. - [М.]: СпортАкадемПресс, 2000. - 143 е.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети  
«Интернет»:

*Справочно-информационные сайты:*

<http://www.iihf.com>,

<http://www.fhr.ru>,

<http://www.khl.ru>,

<http://www.kidshockey.ru>

<http://www.fhmoscow.com>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской (УСЗК, кафедра ТИМ хоккея им. А.В. Тарасова, 148, 124).
- Музей истории хоккея – около 250 экспонатов.
- Коробка хоккейная (2008 г.в.).
- Станок для заточки коньков.
- Форма хоккейная – 60 комплектов для полевых игроков, 4 комплекта для вратаря.

### Научная аппаратура и оргтехника (год выпуска)

- Видеокамера SONY HDR-НС7Е – 2011 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300М – 2013 г.
- Компьютер комплектации «Стандарт» - 2008 г. (14 шт.)
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»
- Конференция-приставка «Система» ТФК-12М – 2008 г.
- Конференция-приставка «Система» ТФС-6/1 – 2008 г.
- Многофункциональное устройство Canon I-SENSYS MF-4120 – 2010 г.
- Мониторы сердечного ритма: ACCUREX PLUS, VantageNV, A Unterface
- Ноутбук Intel 2000 T550 – 2007 г.
- Ноутбук экран 13” TOSHIBA Satellite V400-18E-PU – 2009 г.
- Плеер компактный с поддержкой HDMI и выходом DVI/HDMI – 2012 г.
- Проектор BenQ SVGA в компьютере с проводом Kramer XGA 23 м. – 2013 г.
- Рекордер DVD/HDV BDK DW9955K – 2009 г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной ускоренной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 2 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1.	Опрос по теме «Структура соревновательной деятельности хоккеистов»	2 неделя	5
2.	Контрольная работа по теме «Физические качества хоккеиста»	7 неделя	5
3.	Коллоквиум на тему «Психические качества хоккеиста»	8 неделя	
4.	Контрольная работа по теме «Техника хоккея»	15 неделя	5
5.	Подготовка реферата по теме «Тактика хоккея»	26 неделя	10
6.	Подготовка доклада на тему «Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности»	27 неделя	10
7.	Опрос по теме «Методика обучения и совершенствования техники хоккея»	29 неделя	5
8.	Подготовка доклада на тему «Методика обучения и совершенствования тактики хоккея»	32 неделя	10
9.	Тестирование на тему «Методика воспитания физических качеств хоккеиста»	33 неделя	5
10.	Контрольная работа на тему «Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов»	34 неделя	5
11.	Подготовка доклада по теме «Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства»	35 неделя	5
12.	Тестирование по теме «Правила игры и методика судейства»	37 неделя	5
13.	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
3	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
4	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Методика подготовки хоккеистов»	10
5	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
6	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки/ специальности *49.03.01 Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной ускоренной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 4 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup>	Максимальное количество баллов
1.	Опрос по теме «Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах»	1 неделя	3
2.	Контрольная работа по теме «Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста»	2 неделя	5
3.	Подготовка доклада по теме «Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях»	4 неделя	4
4.	Опрос по теме «Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов»	5 неделя	3
5.	Подготовка доклада по теме «Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов»	6 неделя	4
6.	Подготовка реферата по теме «Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов»	10 неделя	4
7.	Коллоквиум по теме «Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения»	13 неделя	10
8.	Опрос по теме «Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации»	15 неделя	3
9.	Подготовка доклада по теме «Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации»	26 неделя	4
10.	Коллоквиум по теме «Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла»	30 неделя	10
11.	Тестирование по теме «Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем»	32 неделя	3
12.	Круглый стол по теме «Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации»	33 неделя	12

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



13.	Контрольная работа по теме «Подготовка тренерских кадров по хоккею»	34 неделя	5
14.	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10
3	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система многолетней подготовки юных хоккеистов»	10
4	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система подготовки хоккеистов высокой квалификации»	10
5	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной ускоренной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>3</sup>	Максимальное кол-во баллов
1.	Опрос по теме «Материально-техническое обеспечение»	1 неделя	5
2.	Подготовка доклада по теме «Научно-методическое обеспечение»	3 неделя	5
3.	Контрольная работа по теме «Программирование подготовки хоккеистов»	6 неделя	5
4.	Коллоквиум по теме «Контроль в системе подготовки хоккеистов»	11 неделя	5
5.	Круглый стол по теме «Управление тренировочным процессом»	15 неделя	10
6.	Подготовка реферата по теме «Управление соревновательной деятельностью хоккеистов»	28 неделя	5
7.	Контрольная работа по теме «Восстановительные мероприятия»	29 неделя	5
8.	Тестирование по теме «Профилактика травматизма»	30 неделя	5
9.	Контрольная работа по теме «Задачи и организация НИР по хоккею»	30 неделя	5
10.	Круглый стол по теме «Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею»	31 неделя	10
11.	Коллоквиум по теме «НИР и УИРС в процессе обучения студентов»	32 неделя	10
12.	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>3</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10
2	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10
3	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц (720 академических часов).

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-6 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка специалиста, способного успешно, на современном научно-методическом уровне работать во всех типах образовательных учреждений, в организациях и предприятиях в качестве инструктора, инструктора-методиста и преподавателя физической культуры, а также в качестве тренера по хоккею в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
<b><i>ОПК-2</i></b>	способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
<b><i>ОПК-3</i></b>	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки
<b><i>ОПК-5</i></b>	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений
<b><i>ОПК-8</i></b>	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта
<b><i>ПК-10</i></b>	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся
<b><i>ПК-11</i></b>	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы

	и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта
<b>ПК-14</b>	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности
<b>ПК-15</b>	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### 5.1. Очная форма обучения ускоренное обучение на базе ВПО

Разделы и темы дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	5	6	7
Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов	30	78	
Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов	26	88	
Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею	6	15	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею	6	16	
Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов	22	10	
Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации	18	9	
Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов	18	40	
Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов	38	179	
Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов	16	78	
Экзамен			27
<b>Итого за весь курс обучения:</b>	<b>180</b>	<b>513</b>	<b>27</b>



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 19 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № 22 от 22 апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Давыдов Алексей Петрович – доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова  
РГУФКСМиТ;

Львов Вячеслав Степанович – к.п.н., доцент кафедры ТиМ хоккея им. А.В.  
Тарасова РГУФКСМиТ.

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» являются:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- сформировать достаточный запас практических умений и навыков, обеспечивающих профессиональную подготовленность выпускника
- сформировать компетенции на основе полученных знаний и практической готовности к самостоятельному, творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленную на подготовку высококвалифицированных хоккеистов;
- обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы по хоккею для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения разных возрастных групп;
- владеть организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованию информационных технологий в профессиональной деятельности;
- владеть способностями получения и использования в профессиональной деятельности достижений отечественных и зарубежных специалистов, побуждать к собственным инновационным разработкам, профессионально совершенствоваться в избранной физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» является органичным дополнением к освоению основных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)» и направлен на формирование, совершенствование и развитие профессиональных умений, навыков, развитие физических и психических качеств студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» относится к вариативной части (Б1.В.ОД.16) по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Программный материал дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что даёт возможность строить программу на основе междисциплинарных связей. Освоение курса «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)», главным образом, связано с изучением дисциплин медико-биологического (анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортивная медицина и др.) и психолого-педагогического (история, социология, педагогика, психология и др.) циклов.

В своей основе дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)» предусматривает практическую подготовку к различным видам профессиональной деятельности выпускника: тренерско-педагогической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной. В программе определён перечень тем, обязательных преимущественно для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой) деятельности.

В течение всех четырёх лет обучения студенты обязаны совершенствовать (поддерживать) личную физическую и технико-тактическую подготовку, как стержневой компонент профессиональной подготовки.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, сформированные, прежде всего, при освоении дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)».

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы дидактики;</li> <li>- основы теории и методики физической культуры;</li> <li>- медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта;</li> <li>- требования образовательных стандартов.</li> </ul>	2	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>- разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;</li> </ul>	7	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.</li> </ul>	8	
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	3	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</li> </ul>	4	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей</li> </ul>	7	

	занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.		
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии; - основы спортивной метрологии.	1	
	<i>Уметь:</i> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.	3	
	<i>Владеть:</i> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.	8	
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	1	
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	4	
	<i>Владеть:</i> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	8	
<b>ПК-10</b>	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	3	
	<i>Уметь:</i> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	4	
	<i>Владеть:</i> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	6	

<b>ПК-11</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</li> <li>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</li> <li>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- методы планирования тренировочного процесса.</li> </ul>	2	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>	4	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>	5	
<b>ПК-14</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	3	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</li> </ul>	3	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>	3	
<b>ПК-15</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</li> </ul>	5	
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>	6	



	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</li> <li>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul>	8	

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **20 зачетных единиц, 720 академических часов.**

##### 4.1. Очная форма обучения

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	5	6	7
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>			<b>54</b>	<b>117</b>	
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	1-2	4	10	
1.2. Физические качества хоккеиста	I	3-8	12	34	
1.3. Психические качества хоккеиста	III	1	2	2	
1.4. Техника хоккея	I	9-15	14	34	
	III	2-4	6	3	
1.5. Тактика хоккея	II	23-26	8	30	
	III	5-8	8	4	
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>			<b>54</b>	<b>66</b>	
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	27-28	4	10	
2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	II	29-33	10	24	
	III	9-10	4	2	
2.3. Методика обучения и совершенствования тактики	III	11-15	10	4	

хоккея					
2.4. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	IV	20-31	24	18	
2.5. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов	IV	32	2	8	
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>10</b>	<b>18</b>	
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	II	34-35	4	10	
3.2. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	33	2	8	
3.3. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	1-2	4	-	
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>6</b>	<b>21</b>	
4.1. Правила игры и методика судейства	II	36-37	4	13	
4.2. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	34	2	8	
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>			<b>22</b>	<b>4</b>	
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	V	3	2	-	
5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов	V	4-6	6	2	
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	V	7-10	8	2	
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	V	11-13	6	-	
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>			<b>18</b>	<b>4</b>	
6.1. Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации	V	14-15	4	2	
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	VI	24-26	6	-	
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла	VI	27-30	8	2	
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>14</b>	<b>26</b>	
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	VI	31-32	4	-	
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	33	2	-	
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	VI	34	2	-	
7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	1	2	12	
7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	2-3	4	14	
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>			<b>42</b>	<b>140</b>	
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	VI VII	35-36 4-6	4 6	- 24	
8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	VII	7-11	10	46	
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	VII	12-15	8	36	
8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VIII	27-29	10	22	
8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	29	2	6	

8.6. Профилактика травматизма	VIII	30	2	6	
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>			<b>20</b>	<b>48</b>	
9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VI VIII	37 30	2 2	2 6	
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VI VIII	38 30-31	2 8	2 18	
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	32	6	20	
<b>Экзамен</b>	II, IV, VI, VIII				36
<b>Итого за весь курс обучения:</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>

### 4.2.3. Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>			<b>38</b>	<b>108</b>		
1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов	I	1-2	4	10		
1.2. Физические качества хоккеиста	I	3-8	12	34		
1.3. Техника хоккея						
1.3.1. Техника полевого игрока	I	9-13	10	274		
1.3.2. Техника вратаря	I	14-15	4	10		
<b>Итого за I семестр:</b>			<b>30</b>	<b>78</b>		
1.5. Тактика хоккея	II	23-26	8	30		
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>			<b>14</b>	<b>34</b>		
2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности	II	27-28	4	10		
2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	II	29-33	10	24		

<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>4</b>	<b>10</b>		
3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства	II	34-35	4	10		
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>4</b>	<b>13</b>		
4.1. Правила игры и методика судейства	II	36-37	4	13		
<b>Итого за II семестр:</b>			<b>30</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за I год обучения:</b>			<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	

## РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОККЕИСТОВ

### Тема 1.1. Структура соревновательной деятельности хоккеистов

#### *Занятия семинарского типа*

Проанализировать двигательные режимы и содержание игровой деятельности полевого игрока и вратаря в ходе учебно-тренировочных занятий и контрольных игр.

#### *Самостоятельная работа*

Проанализировать содержание игровой деятельности вратаря на основе результатов педагогических наблюдений (по материалам видеозаписей игр Чемпионата КХЛ). Представить количественные показатели (объём, эффективность) основных технико-тактических действий вратарей различных команд в виде отчёта.

### Тема 1.2. Физические качества хоккеиста

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование общей и специальной физической подготовленности. Упражнения по развитию физических качеств. Упражнения на развитие собственно-силовых, скоростно-силовых способностей, скоростно-силовой и силовой выносливости. Упражнения на развитие качества быстроты,

избирательно на отдельные элементарные формы проявления быстроты (быстроты двигательной реакции, быстроты выполнения отдельного двигательного акта, частоту движений) и их комплексное проявление. Упражнения на развитие общей и специальной выносливости хоккеиста. Упражнения на развитие координационных качеств (ловкости) и гибкости.

Подбор и проведение студентами упражнений, преимущественно воздействующих на отдельные физические качества и их комплексное проявление.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить факторы, от которых зависит выносливость хоккеиста.

Составить блоки тренировочных заданий по совершенствованию аэробных и анаэробных способностей.

## **Тема 1.3. Техника хоккея**

### **1.3.1. Техника полевого игрока**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование различных приёмов техники передвижения на коньках: бега скользящими и короткими шагами, бега скрестными шагами и спиной вперёд, стартов и торможения, поворотов и прыжков.

Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой: ведение и обводки, броски и удары шайбы, отбор шайбы клюшкой и с использованием силовых приёмов туловищем.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию различных приёмов техники передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой.

### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать различные приёмы техники полевого игрока: передвижения на коньках и владения клюшкой и шайбой. Подобрать

комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники полевого игрока.

- комплексы упражнений по совершенствованию техники бега на коньках лицом и спиной вперёд, скользящими короткими и скрестными шагами, с поворотами влево и вправо на 90°, 180° и 360°, старты и торможения, прыжки толчком одной и двумя ногами и др.;

- комплексы упражнений по совершенствованию приёмов техники скоростного маневрирования;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных способов ведения шайбы и обводки: длинной, короткой и силовой, в том числе с освоением и совершенствованием различных финтов;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники завершающих ударов и бросков шайбы в ворота, обеспечивающих их силу, точность, быстроту и скрытность выполнения;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники различных видов приёмов (остановок) передач шайбы, с акцентом на своевременность и точность выполнения преимущественно длинных, продольных и диагональных передач;

- комплекс упражнений по совершенствованию техники отбора шайбы клюшкой и с помощью силовых приёмов туловищем: остановки и толчки соперника плечом, грудью и верхней задней частью бедра.

### **1.3.2. Техника вратаря**

Совершенствование техники передвижения вратаря на коньках. Основная стойка вратаря. Передвижение на параллельных коньках вдоль линии ворот. Передвижение выпадами и бегом короткими шагами с последующим откатом назад спиной вперёд. Торможение «плугом» и «полуплугом». Анализ техники ловли шайбы «ловушкой» и на туловище. Отбивание шайбы щитками, «блином» и клюшкой. Падение вратаря на колени, на бок и на грудь.



Проведение учебно-тренировочных занятий по разучиванию различных приёмов техники игры вратаря.

### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать технику игры вратаря: основная стойка, особенности передвижения на коньках, ловля шайбы «ловушкой», отбивание шайбы «блином», клюшкой, щитками. Падение вратаря на колени, на бок, прижимание шайбы, игра клюшкой. Подобрать комплексы упражнений по обучению и совершенствованию отдельных приёмов техники вратаря.

## **Тема 1.4. Тактика хоккея**

### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование индивидуальных тактических действий (выбор позиции, маневр с шайбой и без неё, опека противника, выполнение обязанностей в соответствии с игровым амплуа).

Совершенствование групповых и командных тактических действий в обороне и атаке в рамках определённых тактических систем.

### ***Самостоятельная работа***

Составить тренировочные задания по тактической подготовке, направленные на совершенствование тактических вариантов игры в обороне и атаке в рамках современных тактических систем.

## **РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 2.1. Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий различных организационно-методических форм: отдельной, групповой, круговой, поточной.

Совершенствование управленческих действий тренера: выбор места, подача команд и т.д.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к проведению части урока по начальному обучению одному из основных приёмов техники полевого игрока, включая разработку плана-конспекта, реализацию словесных, наглядных, практических методов обучения и соблюдения основных дидактических принципов, воспитывающего обучения, самосовершенствование культуры речи.

## **Тема 2.2. Методика обучения и совершенствования техники хоккея**

### ***Занятия семинарского типа***

Проведение учебно-тренировочных занятий направленных на освоение частных методик обучения и совершенствования различных приёмов техники. Подбор соответствующих упражнений и методов их проведения в зависимости от структуры технического приёма, условий проведения и контингента занимающихся.

Выявление ошибок при выполнении упражнений и рациональное использование соответствующих подходов к их исправлению.

### ***Обучение техническим приёмам полевого игрока, их совершенствование***

**Техника передвижения на коньках.** Посадка (стойка) хоккеиста. Техника передвижения на коньках широким (скользящим), коротким (ударным) шагом. Торможение и притормаживание на двух и одном коньке с поворотом на 90°, прыжком, «плугом», «полуплугом». Бег скрестным шагом. Изменение направления бега: переступанием, перебежкой, не отрывая коньков ото льда. Бег по виражу вправо, влево, по «восьмёрке», по кругу. Бег спиной вперёд без отрыва коньков ото льда; переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперёд по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмёрке», с изменением скорости

движения. Старты из различных исходных положений (лицом, спиной и боком к направлению движения). Вращение прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и обеими ногами с «приземлением» на один и оба конька. Перемещение шагом. Бег на носках и «пятках» лезвий коньков лицом, боком, спиной вперёд. Опускание на одно и оба колена, падение. Различные кувырки с последующим принятием основной стойки.

**Техника владения клюшкой и шайбой.** Обучение держанию клюшки руками. Ведение шайбы. Ведение широкое, короткое, без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), при движении по прямой и по дугам.

Сочетание различных способов ведения шайбы перед собой, сбоку, вперёд-назад, по диагонали, с использованием коньков.

Броски. Обучение длинному броску с удобной и не удобной стороны слева и справа, с места, в движении. Обучение удару-броску с короткого и длинного замаха.

Передачи. Передача шайбы броском с удобной и неудобной стороны разного направления и длины. Обучение передаче подкидкой, ударам (с длинного и короткого замаха), коньком.

### ***Обучение техническим приёмам вратаря, их совершенствование***

**Техника передвижения на коньках.** Обучение и совершенствование основной стойки вратаря, скольжения, не отрывая коньков ото льда, передвижения по дугам приставными шагами, передвижения выпадами (вперёд, в сторону), передвижения спиной вперёд, опускания на одно, два колена, падения на лёд (влево, вправо), торможения, поворотов, вращения и т.д.

**Техника ловли, отбивания, накрывания шайбы.** Ловля ловушкой шайбы, летящей с разной скоростью и на разной высоте с дальней, средней и близкой дистанции от ворот. Ловля шайбы, используя «блин» и «ловушку». Отбивание клюшкой шайбы, летящей или скользящей по льду со стороны руки с ловушкой

и со стороны руки с клюшкой. Отражение щитками и коньком шайбы, летящей низко надо льдом и скользящей по льду в сторону от вратаря.

### ***Самостоятельная работа***

Дать характеристику основной схеме обучения техническим приёмам: создание представления об изучаемом приёме (объяснение, показ, имитация). Изучить применение метода расчленённого и целостного упражнения, а также выполнение приёма в упрощённых условиях, в движении, после ведения, приёма и передачи.

## **РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 3.1. Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства**

#### ***Занятия семинарского типа***

Составление плана-конспекта и проведение примерного учебно-тренировочного урока с начинающими хоккеистами.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Правила игры и методика судейства**

#### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование навыков судейства соревнований по хоккею в качестве главного судьи или его помощника.

Анализ судейства соревнований по хоккею, выявление недостатков, ошибок в исполнении правил соревнований.

#### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться к практике организации судейства зачётных соревнований: изучить требования «Правил соревнований» к функциональным обязанностям назначенной судейской должности; устранить недостатки, исправить ошибки, выявленные при анализе предыдущего судейства.

#### 4.2.4. Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов</b>			<b>16</b>	<b>9</b>		
1.1. Психические качества хоккеиста	III	1	2	2		
1.2. Техника хоккея						
1.2.1. Техника полевого игрока	III	2-4	6	3		
1.5. Тактика хоккея	III	5-8	8	4		
<b>Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов</b>			<b>40</b>	<b>32</b>		
2.1. Методика обучения и совершенствования техники хоккея	III	9-10	4	2		
2.2. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея	III	11-15	10	4		
<b>Итого за III семестр:</b>			<b>30</b>	<b>15</b>		
2.3. Методика воспитания физических качеств хоккеиста	IV	20-31	24	18		
2.4. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов	IV	32	2	8		
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая</b>			<b>2</b>	<b>8</b>		

<b>работа по хоккею</b>						
3.1. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах	IV	33	2	8		
<b>Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею</b>			<b>2</b>	<b>8</b>		
4.1. Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях.	IV	34	2	8		
<b>Итого за IV семестр:</b>			<b>30</b>	<b>42</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за II курс обучения:</b>			<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	

## РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ХОККЕИСТОВ

### Тема 1.1. Психические качества хоккеиста

#### *Занятия семинарского типа*

Определение уровня развития психических качеств хоккеиста: целеустремлённости, решительности, смелости, инициативности, выдержки и самообладания.

#### *Самостоятельная работа*

Описать психологические особенности игровой деятельности хоккеистов и сформулировать задачи общей психологической подготовки.

Дать характеристику волевых качеств хоккеиста и показать методику их воспитания.

Раскрыть методику развития процессов восприятия, внимания, тактического мышления.

Определить задачи психологической подготовки к конкретному матчу.

### Тема 1.2. Техника хоккея

#### 1.2.1. Техника полевого игрока

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование основных технических приёмов (передвижения на коньках, удары и броски шайбы).

Определение объёма и эффективности выполнения различных технических приёмов.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию относительно сложных приёмов техники полевого игрока.

### ***Самостоятельная работа***

Анализ фазовой структуры техники бега скользящими шагами; с оценкой кинематических и динамических характеристик движений хоккеиста.

## **Тема 1.3. Тактика хоккея**

### ***Занятия семинарского типа***

Совершенствование различных тактических вариантов организации атаки (выход из зоны защиты), развития атаки (прохождение средней зоны) и завершение атаки (вход в зону противника и действия хоккеистов, направленные на взятие ворот).

Совершенствование тактических вариантов различных оборонительных систем в зоне нападения, в средней зоне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по обучению и совершенствованию командной тактики нападения и обороны. Разучивание и совершенствование тактических вариантов организации, развития и завершения атакующих действий.

Совершенствование вариантов тактических действий в рамках малоактивных и активных тактических систем.

Совершенствование тактики игры в численном неравенстве (в большинстве и меньшинстве).

### ***Самостоятельная работа***

Подготовиться (составить план - конспект) к проведению учебно-тренировочного занятия тактической направленности.



## **РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 2.1. Методика обучения и совершенствования техники хоккея**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование сложных приёмов техники: бега скрестными шагами и спиной вперёд, бросков и ударов шайбы, скользящей навстречу или сбоку, короткой и силовой обводки на ограниченном пространстве и др.

Проведение учебно-тренировочных занятий по разучиванию и совершенствованию относительно сложных приёмов техники: передвижения хоккеиста спиной вперёд, бросков и ударов шайбы с ходу в одно касание.

#### *Самостоятельная работа*

Изучить особенности разучивания и совершенствования сложных приёмов техники.

Составить план-конспект по проведению занятия технической направленности.

### **Тема 2.2. Методика обучения и совершенствования тактики хоккея**

#### *Занятия семинарского типа*

Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий хоккеистов в атаке и обороне; методика обучения и совершенствования тактики игры вратаря.

Совершенствование различных индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию по совершенствованию индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне.

Проведение студентами занятий тактической направленности с обоснованием использованных средств и методов. В заключительной части разбор и обсуждение проведённого занятия и его оценка.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности методических подходов к обучению совершенствованию тактики хоккея.

Составление плана-конспекта для проведения занятия тактической направленности.

## **Тема 2.3. Методика воспитания физических качеств хоккеиста**

### ***Занятия семинарского типа***

Выполнение упражнений по воспитанию физических качеств хоккеиста.

**Упражнения для воспитания силовых качеств.** Старты, рывки и торможения на коньках. Ударный бег на коньках с прыжками. Упражнения на коньках с преодолением различных сопротивлений и отягощений (упражнения с эспандером, утяжелёнными поясами, набивными мячами, утяжелёнными шайбами, клюшками, с партнёром). Упражнения в единоборствах за шайбу. Игры и игровые упражнения с переносом дозированных отягощений.

**Упражнения для воспитания быстроты.** Передвижения на коньках. Повторное пробегание коротких отрезков от 10 до 100 м из разных исходных положений в различных направлениях.

Бег с максимальной скоростью с резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорения. Бег по виражу, кругу, спирали, восьмёрке (лицом и спиной вперёд). Эстафеты и игры. Приём и быстрая передача шайбы. Игры и упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение шайбой, мячом и т.д.). Броски шайбы поточно, в борт, с регистрацией времени. Бег на коньках на 18, 36 и 54 м на время.

### **Упражнения для воспитания специальной выносливости.**

Упражнения в беге на коньках с разной продолжительностью, интенсивностью и интервалами отдыха (равномерный, переменный и интервальный бег). Разновидности челночного бега. Игры и игровые упражнения, проводимые в режимах, адекватных соревновательной деятельности.

**Упражнения для воспитания ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Ходьба и бег на «носках» и «пятках» коньков. Выбивание шайбы у партнёра в падении. Игра клюшкой и шайбой в необычных исходных положениях в условиях внезапно меняющихся ситуаций.

**Упражнения для воспитания гибкости.** Маховые упражнения руками, ногами, с большой амплитудой, с отягощениями, пружинистые наклоны в разные стороны. Вращения туловища, полушпагат, шпагат. Упражнения с клюшкой и партнёром, «мост» из положения лёжа, наклоны назад и другие упражнения для мышц, несущих основную нагрузку в игре.

В специальной физической подготовке вратаря также используются перечисленные упражнения, однако, методика их проведения более специфична и должна соответствовать структуре их соревновательной деятельности.

Проведение занятий студентами по воспитанию физических качеств хоккеиста (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости).

В заключение урока преподавателем проводится разбор, на котором даются обоснованный анализ и оценка действий студента (выбор им места, показ и объяснение, соответствие содержания урока поставленным задачам).

### ***Самостоятельная работа***

Изучить структуру скоростных качеств и особенности их проявления в соревновательной деятельности.

Дать характеристику выносливости хоккеиста и факторам, её определяющим.

Разработать тренировочные задания по воспитанию аэробных и анаэробных способностей.

#### **Тема 2.4. Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов.**

##### *Занятия семинарского типа*

Развитие и совершенствование оперативного мышления и волевых качеств.

Определение уровня психических функций хоккеистов.

##### *Самостоятельная работа*

Разработать детальный план специальной психологической подготовки к конкретному матчу, включающий в себя:

- осознание значимости и особенностей предстоящего матча;
- изучение сильных и слабых сторон противника;
- формирование уверенности в своих силах для достижения победы;
- преодоление отрицательных эмоций;
- использование аутогенной и психорегулирующей тренировки.

### **РАЗДЕЛ 3. Спортивно-массовая работа по хоккею.**

#### **Тема 3.1. Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах.**

##### *Занятия семинарского типа*

Организация и планирование учебно-тренировочного процесса по хоккею в вузах, среднеспециальных учебных заведениях общеобразовательных школах.

Проведение занятий со школьниками разного возраста по совершенствованию техники и тактики хоккея.

##### *Самостоятельная работа*

Подготовиться к проведению урока по хоккею со школьниками старшего возраста, включая разработку плана-конспекта.

## **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ХОККЕЮ**

### **Тема 4.1. Организация и проведение соревнований. Положения о соревнованиях**

#### *Занятия семинарского типа*

Проведение организационных мероприятий по подготовке и проведению соревнований. Составление положения о соревнованиях.

Составление календаря соревнований, проведение жеребьёвки.

#### *Самостоятельная работа*

Составить сетки соревнований по круговой, с выбыванием и комбинированной системам.

#### 4.2.5. Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	-		
<b>Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею</b>			<b>4</b>	-		
3.1. Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста	V	1-2	4	-		
<b>Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов</b>			<b>22</b>	<b>4</b>		
5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов	V	3	2	-		
5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов	V	4-6	6	2		
5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов	V	7-10	8	2		
5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения	V	11-13	6	-		
<b>Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации</b>			<b>18</b>	<b>4</b>		
6.1. Структура и содержание системы	V	14-15	4	2		

подготовки хоккеистов высокой квалификации						
<b>Итого за V семестр:</b>			<b>30</b>	<b>6</b>		
6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации	VI	24-26	6	-		
6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла	VI	27-30	8	2		
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>8</b>	<b>-</b>		
7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем	VI	31-32	4	-		
7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации	VI	33	2	-		
7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею	VI	34	2	-		
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>			<b>4</b>	<b>-</b>		
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	VI	35-36	4	-		
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>			<b>4</b>	<b>4</b>		
9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VI	37	2	2		
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VI	38	2	2		
<b>Итого за VI семестр:</b>			<b>30</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за III год обучения:</b>			<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	

### РАЗДЕЛ 3. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА ПО ХОККЕЮ

#### Тема 3.1 Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста.

##### *Занятия семинарского типа*

Особенности работы по хоккею с лицами среднего и пожилого возраста. Проведение и комплектование групп, и составление текущего плана учебно-тренировочной работы. Методика проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.

Проведение учебно-тренировочных занятий с группами среднего и пожилого возраста по обучению и совершенствованию техники и тактики хоккея.

### ***Самостоятельная работа***

Подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий по хоккею с группами среднего и пожилого возраста, включая разработку планов-конспектов.

## **РАЗДЕЛ 5. СИСТЕМА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 5.1. Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы**

#### ***Занятия семинарского типа***

Динамика видов подготовки (физической, технической, тактической и соревновательной) и соотношение их объёмов в возрастном аспекте.

Содержание подготовки юных хоккеистов разного возраста по годам обучения.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

#### ***Самостоятельная работа***

Содержание программ для ДЮСШ и СДЮШОР. Подобрать материал по видам подготовки на основе программ для различного возраста занимающихся.

### **Тема 5.2. Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов.**



### ***Занятия семинарского типа***

Средства, методы и методические подходы, применяемые в учебно-тренировочном процессе с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

Проведение учебно-тренировочных занятий по воспитанию физических качеств, обучению и совершенствованию техники и тактики с юными хоккеистами разного возраста и квалификации.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности учебной и воспитательной работы с группами предварительной подготовки, начальной специализации, углублённой специализации и спортивного совершенствования.

## **Тема 5.3. Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки.**

### ***Занятия семинарского типа***

Построение базовых мезоциклов. Задачи, направленность и динамика тренировочных нагрузок, соотношение видов подготовки. Динамика средств и методов.

Построение собственно тренировочных микроциклов. Задачи, динамика и направленность нагрузок по дням микроцикла. Динамика средств и методов.

Проведение серии тренировочных занятий разной направленности в определённой методической последовательности по совершенствованию технической и тактической подготовленности, обеспечивающей реализацию модели построения тренировочного микроцикла.

### ***Самостоятельная работа***

Охарактеризовать модели построения мезо- и микроциклов на общеподготовительном этапе.

Составить схемы распределения нагрузки в общеподготовительном и восстановительном микроциклах.

## **Тема 5.4. Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и методика их проведения.**

### ***Занятия семинарского типа***

Проведение различных видов занятий, направленных на воспитание физических качеств и совершенствование техники и тактики хоккея: тематических (однонаправленных), комплексных (разнонаправленных), восстанавливающих, поддерживающих, развивающих, индивидуальных, групповых, командных.

Подготовка, проведение и анализ примерных тренировочных занятий различных видов и форм.

Проведение студентами занятий различных форм и видов, с последующим разбором и обсуждением.

### ***Самостоятельная работа***

Сущность и значение круговой и поточной форм проведения тренировочного процесса. Разработать варианты круговой и поточной тренировки с учётом особенностей их проведения.

## **РАЗДЕЛ 6. СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

### **Тема 6.1. Структура и содержание системы**

#### ***Занятия семинарского типа***

Цель определяет структуру и содержание системы и отражает конечный результат деятельности тренера и хоккеистов.

Системно-структурный подход к разработке и обоснованию системы подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Состав и структура системы. Характеристика содержания первого (верхнего) уровня (тренировка, соревнование и восстановление) системы.

Характеристика содержания второго (нижнего) уровня системы (кадры, материально-методическое обеспечение).

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Отличительные черты отечественной системы подготовки хоккеистов в сравнении с системами ведущих хоккейных стран.

## **Тема 6.2. Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Динамика средств и методов воздействия на отдельные виды подготовки на этапах годового цикла.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годового цикла.

Составить планы-конспекты и подготовиться к проведению практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

## **Тема 6.3. Построение процесса подготовки хоккеистов на отдельных этапах годового цикла**

### ***Занятия семинарского типа***

План подготовки команды к официальным соревнованиям.

Подготовка и проведение студентами комплексных тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки, при этом задачи занятия – средства и методы должны соответствовать конкретным этапам, мезо- и микроциклу и тренировочному дню.

К плану-конспекту студент прилагает объяснительную записку с обоснованием построения данного тренировочного занятия.

### ***Самостоятельная работа***

Особенности построения тренировочного процесса хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годичного цикла.

## **РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ**

### **Тема 7.1. Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем**

#### ***Занятия семинарского типа***

Методика начального отбора. Методика определения игровых способностей, физического развития, технико-тактических способностей, игрового (оперативного) мышления. Метод экспертной оценки.

Особенности отбора кандидатов и комплектование сборных молодёжных команд (17-18 и 19-20 лет).

Проведение серии учебно-тренировочных игр.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнить практические задания и подготовить отчёты по оценке готовности кандидатов в сборную команду юниоров по результатам педагогических наблюдений, тестирований и прямого общения.

### **Тема 7.2. Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации**

### ***Занятия семинарского типа***

Состояние селекционной работы в командах высокой квалификации в нашей стране.

Сбор и изучение информации о рекомендуемых кандидатах.

Динамические наблюдения за кандидатами в ходе внутреннего чемпионата. Критерии оценки кандидатов. Взаимосвязь тренеров сборных и клубных команд в ходе отбора. Углублённое изучение кандидатов на тренировочных сборах.

Принципы комплектования звеньев команды.

Проведение учебно-тренировочных занятий по совершенствованию технико-тактической подготовки.

### ***Самостоятельная работа***

Педагогические наблюдения за игровой деятельностью хоккеистов-кандидатов в сборную команду с оценкой индивидуальных технико-тактических действий.

## **Тема 7.3. Подготовка тренерских кадров по хоккею**

### ***Занятия семинарского типа***

Организация и проведение семинаров по подготовке тренеров-общественников по хоккею.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить особенности подготовки кадров в специализированных вузах. Виды и сроки обучения. Структуру и содержание обучения.

Составить примерный план проведения семинара для тренеров-общественников в объёме 45 часов.

## **РАЗДЕЛ 8. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ ХОККЕИСТОВ**

## **Тема 8.1. Программирование подготовки хоккеистов**

### *Занятия семинарского типа*

Разработка программ и планов подготовки хоккеистов на годичный цикл.

Составление оперативных планов на мезо- и микроциклы.

Проведение практических занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки на отдельных этапах годичного цикла.

### *Самостоятельная работа*

Разработать и защитить план на годичный цикл подготовки юных хоккеистов старшего возраста.

## **РАЗДЕЛ 9. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (НИР) И УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (УИРС) РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Тема 9.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

#### *Занятия семинарского типа*

Особенности УИРС по хоккею.

Изучение методов и методик исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Выполнение лабораторных, курсовых и выпускных квалификационных работ экспериментального характера.

#### *Самостоятельная работа*

Изучить теоретический курс НИР.

### **Тема 9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею.**

#### *Занятия семинарского типа*

Планирование и организация исследований. Подбор и назначение методов и методик исследования, соответствующих цели и задачам исследования. Определение контингента испытуемых. Проведение корректных обследований и тестирующих процедур.

Изучение и овладение методами и методиками исследования в ходе проведения учебно-тренировочных занятий по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки.

Обследования студентами соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

### ***Самостоятельная работа***

Совершенствование навыков инструментальной оценки уровня общей и специальной физической подготовленности хоккеистов, а также оценки уровня их технико-тактического мастерства.

#### 4.2.6. Четвёртый год обучения (7-й и 8-й семестры)

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7	
<b>Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов</b>			<b>6</b>	<b>26</b>		
7.4. Материально-техническое обеспечение	VII	1	2	12		
7.5. Научно-методическое обеспечение	VII	2-3	4	14		
<b>Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов</b>			<b>38</b>	<b>140</b>		
8.1. Программирование подготовки хоккеистов	VII	4-6	6	24		
8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов	VII	7-11	10	46		
8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов	VII	12-15	8	36		
<b>Итого за VII семестр:</b>			<b>30</b>	<b>132</b>		
8.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов	VIII	27-29	10	22		
8.5. Восстановительные мероприятия	VIII	29	2	6		
8.6. Профилактика травматизма	VIII	30	2	6		
<b>Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов</b>			<b>16</b>	<b>44</b>		



9.1. Задачи и организация НИР по хоккею	VIII	30	2	6		
9.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею	VIII	30-31	8	18		
9.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов	VIII	32	6	20		
<b>Итого за VIII семестр:</b>			<b>30</b>	<b>78</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>Итого за IV год обучения:</b>			<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	

## РАЗДЕЛ 7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ

### *Тема 7.1. Материально-техническое обеспечение*

#### *Занятия семинарского типа*

Материально-техническое обеспечение как важный фактор эффективности проведения процесса подготовки хоккеистов, его задачи и содержание.

Характеристика видов материально технического обеспечения. Современные технические средства и аппаратура. Устройства, применяемые в хоккее.

Строительство спортсооружений: катков с искусственным льдом, залов для занятий атлетизмом. Обеспечение необходимых условий для нормального проведения занятий: ледовая арена, отвечающая необходимым требованиям (должное состояние льда и освещённости, наличие соответствующего оборудования и инвентаря).

Анализ современных технических средств и методика их использования в процессе подготовки хоккеистов.

Современная учебно-тренировочная база и её обеспечение необходимым оборудованием, инвентарём, техническими средствами.

Проблема оптимального обеспечения в быту и на тренировочных сборах (место проживания, зарплата, питание, отдых, культурные программы и др.).

#### *Самостоятельная работа*

Ознакомиться с учебно-тренировочной базой одной из команд КХЛ, её оснащением тренажёрным и специальным оборудованием, условиями проживания и быта спортсменов и тренеров.

## **Тема 7.2. Научно-методическое обеспечение**

### ***Занятия семинарского типа***

Задачи и организация научно-методического обеспечения подготовки хоккеистов. Характеристика разделов работы по научно-методическому обеспечению: прогнозирование, моделирование, программирование, отбор, реализация программ и планов, комплексный контроль.

Формирование комплексных научных групп (КНГ).

Задачи и содержание работы педагогического и медико-биологического секторов КНГ.

Разработка рекомендаций по повышению эффективности процесса подготовки хоккеистов – как наиболее важная результирующая функция деятельности КНГ.

Взаимосвязь работы комплексной научной группы и тренерского состава.

Принципы организации комплексных научных групп (КНГ) по научно-методическому обеспечению подготовки команд высокой квалификации.

Задачи, стоящие перед КНГ и содержание её работы. Взаимодействие с тренерским составом.

Анализ содержания основных разделов работы КНГ (прогнозирование, моделирование, программирование, контроль) по научно-методическому обеспечению подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Планирование и отчётность работы КНГ. Разработка долгосрочных и текущих планов.

Технология составления текущих и итоговых планов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить организацию и методику проведения работы по научно-методическому обеспечению подготовки и выступлению сборных команд юниоров (17-18 лет).

## РАЗДЕЛ 8. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ ХОККЕИСТОВ

### Тема 8.1. Программирование подготовки хоккеистов

#### *Занятия семинарского типа*

Программирование – как основанная функция управления процессом подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методические подходы к разработке комплексных целевых программ на олимпийский цикл подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Технология разработки текущих и оперативных программ и планов. Основные требования, предъявляемые к планам.

Основные этапы разработки плана:

- сбор и анализ информации;
- прогнозирование;
- моделирование;
- формирование плана (постановка цели и задач, распределение нагрузок разного характера и направленности, динамика средств и методов);
- внесение коррекции (в ходе реализации плана).

Составление текущих (на годичный цикл) и оперативных (на мезоцикл) программ и планов подготовки хоккеистов высокой квалификации.

#### *Самостоятельная работа*

Изучить особенности программирования (планирования) процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Разработать индивидуальный план для одного из хоккеистов команды высокой квалификации в соответствии с его возрастом, уровнем здоровья, функциональной и специальной подготовленностью и выполняемыми функциональными обязанностями в игре (вратарь, защитник, нападающий).

### Тема 8.2. Контроль в системе подготовки хоккеистов

### ***Занятия семинарского типа***

Контроль как важная составляющая системы подготовки хоккеистов. Этапный, текущий и оперативный контроль. Контроль психолого-педагогический и медико-биологический.

Контроль соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок и эффективности соревновательной и тренировочной деятельности.

Контроль уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов.

Контроль в системе подготовки юных хоккеистов.

Контроль в системе подготовки хоккеистов высокой квалификации. Этапный, текущий и оперативный контроль. Содержание углублённого медицинского обследования (УМО), этапного комплексного обследования (ЭКО), текущего контроля.

Содержание и методика проведения этапных комплексных обследований в годичном цикле подготовки хоккеистов высокой квалификации.

Методика обследования соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов, в том числе с помощью технических средств и компьютерных технологий.

Проведение студентами тестирующих процедур по оценке уровня специальной физической подготовленности хоккеистов, а также обследование соревновательной деятельности хоккеистов с использованием современных инструментальных методик и компьютерных технологий.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику оценки уровня общей и специальной подготовленности хоккеистов. Разработать систему тестов по оценке физической и технико-тактической подготовленности хоккеистов.

Провести тесты и тестирующие процедуры по оценке общей и специальной физической подготовленности юных хоккеистов ДЮСШ и СДЮШОР. Подготовить и защитить отчёт.

## **Тема 8.3. Управление тренировочным процессом хоккеистов**

### ***Занятия семинарского типа***

Современные подходы к системе управления подготовкой хоккеистов.

Основные функции управления тренировочной деятельностью хоккеистов (программирование, реализация планов тренировки, контроль тренировочного процесса).

Основные средства и методы управления тренировочной деятельности хоккеистов.

Подходы к оптимизации тренировочного процесса. Формирование в тренировочном процессе игровых концепций команды.

Характеристика стратегического управления тренировочным процессом на относительно продолжительных временных отрезках. Разработка программ и планов подготовки хоккеистов. Обеспечение надлежащих материально-технических условий проведения тренировочного процесса. Доукомплектование состава команды. Создание нормального работоспособного коллектива единомышленников.

Проведение практических занятий разной направленности с акцентами на демонстрацию управленческой деятельности тренера.

Проведение студентами комплексных тренировочных занятий с акцентом на оценку управленческой деятельности проводящего – тренера.

### ***Самостоятельная работа***

Проанализировать методические подходы к разработке плана предстоящего матча. Изучить методику проведения установки и управления тренером игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча, с последующим разбором матча.

Разработать план предстоящего матча и подготовить его к апробации в предигровой тренировке.

## **Тема 9.4. Управление соревновательной деятельностью хоккеистов**

### *Занятия семинарского типа*

Виды управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Характеристика стратегического управления. Организационные, методические и руководящие действия тренера, направленные на проведение подготовительных, контрольных и официальных игр.

Составление плана подготовительных игр с определением их количества и последовательности с конкретными командами-соперницами. Определение стратегической линии в проведении различных мероприятий в ходе официальных матчей.

Характеристика оперативного управления. Подготовка хоккеистов к матчу и управление их действиями в ходе матча.

Характеристика и методика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

Сбор информации о противнике.

Разработка студентами плана предстоящего матча с конкретным противником. Уточнение плана после предигровой тренировки. Установка на матч и управление игровой деятельностью хоккеистов в ходе матча. Указания в перерывах. Разбор матча с оценкой степени выполнения плана хоккеистами и управленческой деятельности тренера.

### *Самостоятельная работа*

Изучить и проанализировать методические подходы к организации и проведению оперативной управленческой деятельности тренера при подготовке и проведении конкретного матча.

Разработать план предстоящего матча с конкретным противником.

## **Тема 8.5. Восстановительные мероприятия**

### *Занятия семинарского типа*

Виды и значимость восстановительных мероприятий как составной части системы подготовки хоккеистов.

Психолого-педагогические восстановительные мероприятия, строгая нормирование нагрузок, переключение на другой вид деятельности (активный отдых). Борьба с монотонностью занятий, повышение интереса и эмоционального настроения. Применение развлекательных мероприятий, аутогенной и психорегулирующей тренировки.

Медико-биологические восстановительные мероприятия. Фармакологические препараты. Физические средства: баня, массаж, барокамеры, свето- и магнитопроцедуры и др.

Тактика применения средств восстановления на отдельных этапах годового цикла.

Изучение методик использования различных средств восстановления.

Ознакомление с работой восстановительных центров ведущих хоккейных клубов.

Проведение студентами педагогических и гигиенических средств восстановления.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методику комплексного применения различных средств восстановления.

## **Тема 8.6. Профилактика травматизма**

### ***Занятия семинарского типа***

Характеристика видов травматизма в хоккее: ушибы, рассечения, растяжения мышц ног и плечевого пояса, травмы коленного и голеностопного суставов и др.

Профилактика травматизма. Научно и методически обоснованный режим тренировок и отдыха.

Грамотное использование эффективных средств восстановления.

Анализ методических подходов по профилактике травматизма в хоккее. Соблюдение основных методических положений при ведении учебно-тренировочного процесса.

Строгое нормирование тренировочных нагрузок. Качественная подготовка органов, функциональных систем и двигательного аппарата в подготовительной части занятий. Обеспечение нормальных условий проведения занятий, высококачественным защитным инвентарём: шлемы, маски, щитки и др.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить причины травматизма в хоккее, а также основные мероприятия, средства и методы по его профилактике:

- преодоление причин, обуславливающих травматизм (нерегулярность занятий, несоблюдение санитарно-гигиенических требований, отсутствие врачебного контроля и др.);
- правильная организация учебно-тренировочного процесса;
- воспитание физических качеств в соответствии с особенностями хоккея;
- подбор наиболее рациональных (с учётом индивидуальных особенностей спортсмена) упражнений;
- постоянный контроль состояния здоровья и самочувствия хоккеистов.

## **Раздел 10. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов**

### **Тема 10.1. Задачи и организация НИР по хоккею**

#### ***Занятия семинарского типа***

Основные задачи НИР по хоккею. Состояние НИР по хоккею в настоящее время и перспективы её развития. Проблематика научных исследований по хоккею.

Определение основных направлений исследований. Внедрение научных исследований по хоккею в практику подготовки хоккеистов.



Организация научных исследований. Выбор темы исследования.  
Определение направления исследования.

Составление плана исследования. Формирование рабочей гипотезы исследования. Подбор методов и методик исследований.

Обеспечение контингента испытуемых и условий исследования.

### ***Самостоятельная работа***

Ознакомиться с работой смежных научно-исследовательских организаций и комплексных научных групп (КНГ).

Изучить перспективы НИР: определение основных направлений исследования - в технике, в физической и психологической подготовке, в методике тренировки. Внедрение результатов в практику.

## **Тема 10.2. Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею**

### ***Занятия семинарского типа***

Характеристика групп методов, преимущественно используемых студентами при выполнении выпускных квалификационных работ: теоретический анализ литературы, педагогические наблюдения, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Характеристика используемых инструментальных методик и технических средств: измерительный комплекс «Хоккей», измерительный стенд, электронная дорожка, спорт-тестеры, видеотехника, компьютерные технологии.

Метрологический контроль научной аппаратуры.

Планирование и организация исследований.

Изучение и овладение методами и методиками научных исследований.

Проведение студентами исследований в плане выполнения выпускных квалификационных работ.

Обследование соревновательной и тренировочной деятельности хоккеистов.

Проведение тестов и тестирующих процедур по оценке уровня подготовленности хоккеистов.

### ***Самостоятельная работа***

Изучить методы и методики исследований. Подбор и назначение методик, соответствующих цели и задачам исследований. Информативность методик. Рациональный выбор измерительной и регистрирующей аппаратуры. Специальные и портативные методики, используемые в хоккее. Виды получаемой информации (графическая, цифровая), её обработка. Частные методики. Требования, предъявляемые к научным методикам исследования.

### **Тема 10.3. НИР и УИРС в процессе обучения студентов**

#### ***Занятия семинарского типа***

Задачи, значение и особенности НИР и УИРС по хоккею.

Формы проведения НИР и УИРС. Учебные и лабораторные занятия. Сообщения, доклады, рефераты, заседания научного студенческого кружка, конференции, семинары.

Требования к выполнению выпускных квалификационных работ. Структура выпускной квалификационной работы. Написание введения, отдельных глав, заключения, выводов, их логическая взаимосвязь и соответствующее оформление работы. Подбор иллюстративного материала. Корректировка текстового и табличного материала.

Технология написания и оформления выпускной квалификационной работы.

Технология написания доклада к защите выпускной квалификационной работы. Подбор иллюстративного материала и корректировка текста по содержанию, логике изложения и времени.

Предварительная апробация выпускных квалификационных работ.

#### ***Самостоятельная работа***

Выполнение и оформление выпускной квалификационной работы. Окончательная корректировка доклада, взаимосвязи текста и иллюстраций. Репетиция доклада. Вопросы по содержанию работы и соответствующие ответы.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **1 курс**

#### ***Вопросы для устного ответа на экзамене***

1. Раскройте тезис: «Физическая подготовка – основа спортивного мастерства».
2. Охарактеризуйте виды физической подготовки.
3. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
4. Силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Скоростные и скоростно-силовые качества хоккеистов и формы их проявления в соревновательной деятельности.
7. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
8. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
9. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.

10. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
11. Определение и характеристика выносливости хоккеиста и виды ее проявления в соревновательной деятельности.
12. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
13. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
14. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
15. Характеристика координационных качеств хоккеиста и формы их проявления в соревновательной деятельности.
16. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приемы по воспитанию гибкости.
17. Раскройте понятия и классификацию техники хоккея, структуру технического приема. Признаки классификации.
18. Охарактеризуйте основные методы обучения приемам техники.
19. Раскройте факторы, лимитирующие эффективность и результативность бросков и ударов шайбы.
20. Раскройте понятия и классификацию тактики хоккея.
21. Покажите тактические варианты организации атаки- выход из зоны защиты.
22. Покажите тактические варианты завершающей фазы атаки с хода.
23. Проведите анализ вариантов тактики и контратакующих действий из зоны защиты и средней зоны.
24. Раскройте сущность позиционной атаки. Покажите тактические варианты позиционной атаки, практикуемые в современном хоккее.
25. Раскройте принципы командных оборонительных действий хоккеистов.
26. Охарактеризуйте активную тактическую оборонительную систему 2:1:2.

27. Охарактеризуйте тактическую малоактивную оборонительную систему 1:4.

28. Раскройте педагогические принципы обучения и их реализацию в процессе обучения хоккеистов технико-тактическим приемам игры.

## 2 курс

### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Понятия: подготовка, тренировка и обучение. Дать их характеристику на конкретных примерах работы с хоккеистами.
2. Физическая подготовка в системе тренировки хоккеистов. Значение и виды физической подготовки, характеристика различных форм, средств и методов.
3. Силовые качества хоккеистов. Виды силовых качеств, их характеристика. Факторы, определяющие силу спортсмена.
4. Техника передвижения хоккеиста на коньках, классификация. Биомеханический анализ бега скользящими шагами. Методика обучения бегу скользящими шагами.
5. Средства, методы и режимы работы при воспитании собственно силовых качеств.
6. Техника ударов и бросков шайбы. Виды бросков и их характеристика. Биомеханический анализ броска шайбы. Методика обучения и совершенствования.
7. Средства, методы и режимы работы мышц при воспитании скоростно-силовых качеств.
8. Техника поворотов хоккеиста на коньках. Виды поворота, их характеристика и анализ. Методика обучения.
9. Техника отбора шайбы клюшкой. Виды отбора шайбы клюшкой и их характеристика. Методика обучения отбору шайбы клюшкой.

10. Характеристика скоростных качеств хоккеиста. Формы проявления скоростных качеств. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных качеств.
11. Техника отбора шайбы с применением силовой борьбы. Виды силовых проявлений и их характеристика. Методика обучения отбора шайбы с применением силовой борьбы.
12. Быстрота двигательной реакции. Виды реакции и их характеристика. Методика развития быстроты реакции.
13. Техника игры вратаря. Классификация техники. Анализ и методика обучения и отбивания шайбы.
14. Стартовая и дистанционная скорость хоккеиста. Факторы, определяющие их проявление. Методика развития стартовой и дистанционной скорости.
15. Техника бега спиной вперёд. Виды техники бега спиной вперёд и их характеристики. Анализ техники бега спиной вперёд скрестными шагами и методика обучения.
16. Скоростная подготовка в структуре тренировки хоккеистов.
17. Техника игры вратаря. Анализ и методика обучению продвижению вратаря на коньках.
18. Определение и характеристика выносливости хоккеиста. Виды выносливости. Факторы их определяющие. Механизмы биоэнергетического обеспечения игровой деятельности хоккеиста
19. Понятия: тактика и тактическая подготовка. Формы тактической подготовки и их характеристика.
20. Аэробный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика. Методика совершенствования аэробных способностей хоккеиста.
21. Индивидуальные технико-тактические действия хоккеистов в атаке. Их характеристика. Методика обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий в атаке.

22. Анаэробно-гликолитический механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
23. Индивидуальные технико-тактические действия в обороне. Их характеристика и методика обучения и совершенствования.
24. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения деятельности хоккеиста. Его характеристика и методика совершенствования.
25. Групповые тактические действия хоккеистов в атаке и обороне, их характеристика, методика обучения и совершенствования.
26. Тренировочные нагрузки. Классификация нагрузок, методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
27. Командная тактика нападения. Виды атакующих действий. Характеристика отдельных фаз атаки. Методика обучения и совершенствования атакующих действий.
28. Воспитание выносливости в системе тренировки хоккеистов. Особенности воспитания выносливости на отдельных этапах годичного цикла.
29. Командная тактика обороны. Характеристика малоактивных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 1-4.
30. Характеристика ловкости, или координационных способностей хоккеиста. Факторы, определяющие ловкость хоккеиста.
31. Командная тактика обороны. Характеристика активных оборонительных систем. Методика обучения и совершенствования оборонительной системы 2-1-2.
32. Методика воспитания ловкости у хоккеистов. Анализ средств, методов и методических приёмов воспитания ловкости.
33. Контратаки из различных углов хоккейной площадки. Их характеристика, методика обучения и совершенствования.
34. Характеристика физического качества – гибкость. Методы, средства и методические приёмы по воспитанию гибкости.

35. Позиционное нападение, его характеристика и методика обучения и совершенствования одного из тактических вариантов позиционного нападения.
36. Психологическая подготовка хоккеиста к предстоящему матчу. Её характеристика, задачи, формы и содержание.
37. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в меньшинстве.
38. Задачи, формы и содержание интеллектуальной подготовки хоккеиста.
39. Тактика игры в численном неравенстве. Методика обучения и совершенствования игры в большинстве
40. Организация и проведение соревнований по хоккею. Виды соревнований, положение о соревнованиях, характеристика систем розыгрыша.
41. Методика совершенствования психических функций восприятия и памяти.

### 3 курс

#### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Организационно-методические особенности проведения занятий с группами среднего и пожилого возраста.
2. Возрастные особенности юных хоккеистов 10-12 лет.
3. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 13-14 лет.
4. Система многолетней подготовки юных хоккеистов.
5. Структура и содержание этапов предварительной и начальной подготовки юных хоккеистов.
6. Основные требования, предъявляемые к планам учебно-тренировочной работы.
7. Возрастные особенности хоккеистов 13-14 лет.
8. Структура и содержание этапа углублённой специализации подготовки юных хоккеистов.
9. Особенности технической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.



10. Технология составления текущего (годового) плана учебно-тренировочной работы.
11. Виды педагогического контроля за подготовкой юных хоккеистов.
12. Задачи, объём и виды соревновательной подготовки юных хоккеистов в возрастном аспекте.
13. Особенности технико-тактической подготовки групп спортивного совершенствования.
14. Особенности работы тренера с группами предварительной подготовки.
15. Возрастные особенности юных хоккеистов 15-16 лет.
16. Организация и методика проведения начального отбора.
17. Возрастные особенности хоккеистов 17-18 лет.
18. Особенности физической подготовки юных хоккеистов 10-12 лет.
19. Состояние и перспективы развития детско-юношеского хоккея в нашей стране.
20. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации. Характеристика составляющих системы.
21. Структура и содержание тренировочного занятия.
22. Построение тренировочного процесса в подготовительном периоде. Задачи, динамика нагрузок, цикличность, средства и методы.
23. Структура годичного цикла тренировки хоккеистов.
24. Особенности построения втягивающего мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
25. Построение общеподготовительного развивающего мезоцикла. Задачи, структура, направленность и динамика нагрузок.
26. Построение базового специального мезоцикла. Задачи, структура и содержание.
27. Особенности построения межигровых микроциклов.
28. Построение промежуточного этапа. Задачи, характеристика, структура и содержание.

29. Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
30. Построение переходного периода. Задачи, структура и содержание.
31. Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
32. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
33. Оперативное планирование. Технология составления оперативных планов.
34. Виды микроциклов. Их характеристика и особенности построения.
35. Динамика нагрузок разной величины и направленности в тренировке хоккеистов на этапах общей и специальной подготовки.
36. Виды мезоциклов. Их характеристика и особенности построения на этапах годового цикла.
37. Особенности построения предсоревновательного мезоцикла.
38. Характеристика физических нагрузок. Определение и классификация.
39. Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
40. Динамика средств и методов тренировки на этапах подготовительного периода.

#### 4 курс

##### *Вопросы для устного ответа на экзамене*

1. Современное оборудование, тренажерные устройства и технические средства и методика их применения в тренировочном процессе.
2. Задачи и организация работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных хоккеистов.
3. Основные функции и критерии оценки управленческой деятельности тренера.
4. Методические подходы к проведению установки на матч и к его разбору.
5. Стратегия применения различных восстанавливающих средств на отдельных этапах годового цикла.
6. Основные направления научных исследований по хоккею.

7. Значение, формы и содержание индивидуального планирования.
8. Виды и формы учёта учебно-тренировочной работы.
9. Основные средства и методы воспитательной работы в командах.
10. Задачи и содержание текущих врачебных обследований.
11. Задачи и содержание самоконтроля.
12. Медико-биологические восстановительные мероприятия.
13. Технология проведения исследования.
14. Технология обработки материалов исследования, и требования к литературно-графическому оформлению исследовательской работы.
15. Формы и содержание учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы студентов.
16. Травматизм при занятиях хоккеем. Причины возникновения и признаки различных спортивных травм. Доврачебная помощь (остановка кровотечения, переноска пострадавших). Меры профилактики.
17. Методика использования современных технических средств в подготовке команд высокой квалификации.
18. Методика регистрации и оценки соревновательной деятельности хоккеистов.
19. Содержание основных технологических процедур, обеспечивающих управление системой подготовки спортсмена (постановка цели, прогнозирование, моделирование, программирование, комплексный подход, принятие решений).
20. Методические подходы к оценке тренировочной и соревновательной деятельности хоккеистов высокой квалификации.
21. Текущее планирование, Характеристика и технология составления текущего плана.
22. Научно-методическое обеспечение подготовки хоккеистов.
23. Оперативное планирование. Виды планирования, Технология составления оперативных планов.
24. Питание хоккеиста – как фактор, способствующий его восстановлению после больших физических нагрузок.

- 25.Методические подходы к нормированию тренировочных нагрузок.
- 26.Контроль физической и технико-тактической подготовленности. Характеристика практикуемых в настоящее время в хоккее тестов.
- 27.Психолого-педагогические восстановительные мероприятия. Характеристика и методика их применения.
- 28.Планирование процесса подготовки хоккеистов. Виды планов и их характеристика.
- 29.Этапные комплексные обследования, их характеристика и методика применения в годичном цикле.
- 30.Перспективное планирование в хоккее. Характеристика содержания перспективного плана.
- 31.Материально-техническое обеспечение процесса подготовки хоккеистов.
- 32.Структура и содержание тренировочного занятия.
- 33.Педагогический контроль в тренировке хоккеистов. Оценка физического состояния уровня подготовленности хоккеистов.
- 34.Физические восстановительные мероприятия, их характеристика и методика применения.
- 35.Текущий контроль в подготовке хоккеистов. Оценка соревновательной деятельности.
- 36.Контроль тренировочной деятельности хоккеистов. Оценка величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 37.Характеристика физических нагрузок.
- 38.Методика определения величины и направленности тренировочных нагрузок.
- 39.Характеристика оперативного управления соревновательной деятельностью хоккеистов.
- 40.Характеристика стратегического управления соревновательной деятельностью хоккеистов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) основная литература:

1. Азбука хоккея с шайбой : [пер. со швед, яз.] / авт. проекта Томми Боустедт ; Федер. хоккея Респ. Беларусь, Федер. хоккея Швеции. - Минск: Белорус, энцикл. им. Петруся Бровки, 2011. - 360 с.: ил.
2. Горбунов В.В. История зимних олимпийских видов спорта / В.В. Горбунов. - М.: Чистые пруды, 2010. - 31 с.
3. Кирсанова Л.В. Психология судейства в хоккее на льду / Л.В. Кирсанова, А.А. Поляков. - М.: Сов. спорт, 2012. - 82 с.: табл
4. Ледовые арены : [учеб. пособие] : [утв. метод. Советом Федер. гос. образоват. учреждения проф. образования "Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петербур."] / [под общ. ред.: Жестяникова Л.В., Загайнова М.В.] ; Автоном. некоммерч. орг. "Организац. ком. 22 Олимп, зим. игр и 11 Паралимп. зим. игр 2014 г. в г.Сочи". - М.: [Б. м.]; СПб., 2011. - 280 с: ил.
5. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень D / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича, В.Л. Звонкова]. - М.: Человек, 2012. – 84с.: ил.
6. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень С / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 83с.: ил.
7. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень В / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 80с.: ил.
8. Практическое руководство для тренеров : прогр. ИИХФ "Учимся играть в хоккей" : ступень А / [под общ. ред. Ю.В. Королева] ; [пер с англ.: Л.А. Зараховича]. - М.: Человек, 2012. – 94с.: ил.

9. Савин В.П. Теория и методика хоккея : учеб. для студентов акад. и вузов физ. культуры по направлению 521900; по спец. 022300 : доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Савин Валентин Павлович. - М.: ACADEMIA, 2003. - 399 с.: ил.
10. Савин В.П. Оценка уровня физической подготовленности хоккейных вратарей 15-16 лет и его динамики в подготовительном периоде : метод, разработ. для студентов РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.В. Крутских. - М.: Физ. культура, 2006. - 24 с.: ил.
11. Савин В.П. Технология планирования учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ : метод, разработ. для студентов и слушателей ИППК РГУФК / В.П. Савин, Г.Г. Удилов, В.С. Львов. - М.: Физ. культура, 2006. - 23 с.: ил.
12. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей) : рабочая прогр. дисциплины : направление подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : квалификация (степень) выпускника - бакалавр : форма обучения - оч. и заоч. : [утв. и рек. эмс "РГУФКСМиТ"] / [сост.: Давыдов Алексей Петрович, Крутских Владислав Вячеславович] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет, образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 36 с. : табл.
13. Твист П. Хоккей: теория и практика . предисл. Павла Буре. - М.: Астрель: АСТ, 2009. – 288 с.: ил.
14. Тихомиров А.К. Управление подготовкой в спорте : монография / А.К. Тихомиров; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: Кн. И Бизнес, 2010. - 229 с.: ил.

б) дополнительная литература:

1. Букатин А.Ю. Хоккей / Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. - М.: ФиС, 2000. - 182 с.: ил.
2. Игра вратаря в хоккее с шайбой : Техн. приемы, доказавшие эффективность и помогающие вратарям надежно защищать свои ворота

[пер. с англ.] = Hockey goaltending : Proven techniques for dominating the net / под ред. Брайана Даккорда = Brian Daccord editor. - Киев: Олимп. лит., 2013. - 263 с.: ил.

3. Никонов Ю.В. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю.В. Никонов. – Минск : Витпостер, 2014.- 576 с.
4. Петрушкина Н.П. Комплексный контроль в системе управления подготовкой высококвалифицированных хоккеистов : учеб. пособие предназначено для студентов направления 032100 специальности 032101 / Н.П. Петрушкина, Е.Ф. Сурина-Марышева, В.А. Пономарева ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ, культуры. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2007. - 68 с.: табл.
5. Савин В.П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: Рек. УМО по образованию в области физ. культуры и спорта : учеб. пособие / Савин В.П., Удилов Г.Г., Крутских В.В.; РГАФК. - М., 2002. - 61 с: табл.
6. Тарасов А.В. Хоккей. Родоначальники и новички / А.В. Тарасов. – Москва: Эксмо, 2015. – 408 с.: ил.
7. Черапкина Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) : [учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта, обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101] : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Л.П. Черапкина, В.Г. Тристан ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. анатомии и физиологии. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2006. - 80 с: ил.
8. Шестаков М.П. Специальная физическая подготовка хоккеистов / Шестаков М.П., Назаров А.П., Черенков Д.Р. - [М.]: СпортАкадемПресс, 2000. - 143 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет»:

*Справочно-информационные сайты:*

<http://www.iihf.com>,  
<http://www.fhr.ru>,  
<http://www.khl.ru>,  
<http://www.kidshockey.ru>  
<http://www.fhmoscow.com>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)



## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской (УСЗК, кафедра ТИМ хоккея им. А.В. Тарасова, 148, 124).
- Музей истории хоккея – около 250 экспонатов.
- Коробка хоккейная (2008 г.в.).
- Станок для заточки коньков.
- Форма хоккейная – 60 комплектов для полевых игроков, 4 комплекта для вратаря.

### Научная аппаратура и оргтехника (год выпуска)

- Видеокамера SONY HDR-НС7Е – 2011 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300М – 2013 г.
- Компьютер комплектации «Стандарт» - 2008 г. (14 шт.)
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»
- Конференция-приставка «Система» ТФК-12М – 2008 г.
- Конференция-приставка «Система» ТФС-6/1 – 2008 г.
- Многофункциональное устройство Canon I-SENSYS MF-4120 – 2010 г.
- Мониторы сердечного ритма: ACCUREX PLUS, VantageNV, A Unterface
- Ноутбук Intel 2000 T550 – 2007 г.
- Ноутбук экран 13” TOSHIBA Satellite V400-18E-PU – 2009 г.
- Плеер компактный с поддержкой HDMI и выходом DVI/HDMI – 2012 г.
- Проектор BenQ SVGA в компьютере с проводом Kramer XGA 23 м. – 2013 г.
- Рекордер DVD/HDV BDK DW9955K – 2009 г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 2 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Структура соревновательной деятельности хоккеистов»	2 неделя	10
2	Контрольная работа по теме «Физические качества хоккеиста»	8 неделя	5
3	Контрольная работа по теме «Техника хоккея»	15 неделя	5
4	Подготовка реферата по теме «Тактика хоккея»	26 неделя	10
5	Подготовка доклада на тему «Основы методики обучения и совершенствования игровой деятельности»	28 неделя	10
6	опрос по теме «Методика обучения и совершенствования техники хоккея»	33 неделя	10
7	Подготовка доклада по теме «Особенности организации и проведения занятий по хоккею с детьми по месту жительства»	35 неделя	10
8	Тестирование по теме «Правила игры и методика судейства»	37 неделя	10
9	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10:30=0,33 за занятие
10	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
3	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
4	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Методика подготовки хоккеистов»	10
5	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
6	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 2 курса, направления подготовки/ специальности *49.03.01 Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен – 4 семестр

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Коллоквиум на тему «Психические качества хоккеиста»	1 неделя	10
2	Контрольная работа по теме «Техника хоккея»	4 неделя	5
3	Подготовка реферата по теме «Тактика хоккея»	8 неделя	10
4	Подготовка доклада на тему «Методика обучения и совершенствования техники хоккея»	10 неделя	10
5	Подготовка доклада на тему «Методика обучения и совершенствования тактики хоккея»	15 неделя	10
6	Тестирование на тему «Методика воспитания физических качеств хоккеиста»	31 неделя	5
8	Контрольная работа на тему «Методика психологической и теоретической подготовки хоккеистов»	32 неделя	5
9	Опрос по теме «Хоккей в системе физического воспитания в вузах, среднеспециальных учебных заведениях и общеобразовательных школах»	33 неделя	5
10	Подготовка доклада по теме «Организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях»	34 неделя	10
11	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
12	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
3	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Содержание игровой деятельности хоккеистов»	10
4	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Методика подготовки хоккеистов»	10
5	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Спортивно-массовая работа по хоккею»	10
6	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Организация и проведение соревнований по хоккею»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей) для обучающихся института СиФВ, 3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>3</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Особенности организации и проведения занятий с лицами среднего и пожилого возраста»	2 неделя	5
2	Опрос по теме «Цель, задачи и характеристика основных составляющих системы подготовки юных хоккеистов»	3 неделя	5
3	Подготовка доклада по теме «Характеристика этапов многолетней подготовки юных хоккеистов»	6 неделя	5
4	Подготовка реферата по теме «Построение макро-, мезо- и микроциклов подготовки юных хоккеистов»	10 неделя	5
5	Коллоквиум по теме «Организационно-методические формы и виды учебно-тренировочных занятий и виды их проведения»	13 неделя	5
6	Опрос по теме «Структура и содержание системы подготовки хоккеистов высокой квалификации»	15 неделя	5
7	Подготовка доклада по теме «Виды подготовки в системе тренировки хоккеистов высокой квалификации»	26 неделя	5
8	Коллоквиум по теме «Построение процесса подготовки хоккеистов высокой квалификации на отдельных этапах годового цикла»	30 неделя	5
1	Тестирование по теме «Отбор юных хоккеистов для занятий хоккеем»	32 неделя	5
2	Круглый стол по теме «Проблема отбора и комплектования команд высокой квалификации»	33 неделя	5
3	Контрольная работа по теме «Подготовка тренерских кадров по хоккею»	34 неделя	5
4	Подготовка доклада по теме «Программирование подготовки хоккеистов»	36 неделя	5

<sup>3</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

5	Контрольная работа по теме «Задачи НИР по хоккею»	37 неделя	5
6	Коллоквиум по теме «Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею»	43 неделя	5
7	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по пропущенной теме из «Спортивно-массовая работа по хоккею»	5
2	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система многолетней подготовки юных хоккеистов»	10
3	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Система подготовки хоккеистов высокой квалификации»	10
4	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10
5	Написание реферата по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10
6	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)* для обучающихся института СиФВ, 4 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 *Физическая культура, направленности (профилю) «Спортивная подготовка» очной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ хоккея им. А.В. Тарасова

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестры

Форма промежуточной аттестации: 8 семестр - экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>4</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Материально-техническое обеспечение»	1 неделя	5
2	Подготовка доклада по теме «Научно-методическое обеспечение»	4 неделя	5
4	Контрольная работа по теме «Программирование подготовки хоккеистов»	6 неделя	5
6	Коллоквиум по теме «Контроль в системе подготовки хоккеистов»	11 неделя	5
7	Круглый стол по теме «Управление тренировочным процессом»	15 неделя	10
1	Подготовка реферата по теме «Управление соревновательной деятельностью хоккеистов»	28 неделя	5
2	Контрольная работа по теме «Восстановительные мероприятия»	29 неделя	5
3	Тестирование по теме «Профилактика травматизма»	30 неделя	5
4	Контрольная работа по теме «Задачи и организация НИР по хоккею»	30 неделя	5
5	Круглый стол по теме «Изучение методов и методик исследования, применяемых в НИР по хоккею»	31 неделя	10
6	Коллоквиум по теме «НИР и УИРС в процессе обучения студентов»	32 неделя	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10:30=0,33 за занятие
	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>4</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по пропущенной теме из раздела «Обеспечение подготовки хоккеистов»	10
2	Тестирование по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10
3	Подготовка реферата по пропущенной теме из раздела «Управление подготовкой хоккеистов»	10
4	Подготовка реферата по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	10
5	Подготовка доклада по пропущенной теме из раздела «Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов»	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**  
**Кафедра Теории и методики хоккея им. А.В. Тарасова**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.16. Спортивно-педагогическое совершенствование (хоккей)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц (720 академических часов).

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-8 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка специалиста, способного успешно, на современном научно-методическом уровне работать во всех типах образовательных учреждений, в организациях и предприятиях в качестве инструктора, инструктора-методиста и преподавателя физической культуры, а также в качестве тренера по хоккею в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
<b><i>ОПК-2</i></b>	способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
<b><i>ОПК-3</i></b>	способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки
<b><i>ОПК-5</i></b>	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений
<b><i>ОПК-8</i></b>	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта
<b><i>ПК-10</i></b>	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся
<b><i>ПК-11</i></b>	способность разрабатывать перспективные, оперативные планы

	и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта
<b>ПК-14</b>	способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности
<b>ПК-15</b>	способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### 5.1. Очная форма обучения

Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)		
		Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль
1	2	3	4	5
Раздел 1. Содержание игровой деятельности хоккеистов		54	117	
Раздел 2. Методика подготовки хоккеистов		54	66	
Раздел 3. Спортивно-массовая работа по хоккею		10	18	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по хоккею		6	21	
Раздел 5. Система многолетней подготовки юных хоккеистов		22	4	
Раздел 6. Система подготовки хоккеистов высокой квалификации		18	4	
Раздел 7. Обеспечение подготовки хоккеистов		14	26	
Раздел 8. Управление подготовкой хоккеистов		42	140	
Раздел 9. Научно-исследовательская (НИР) и учебно-исследовательская (УИРС) работа студентов		20	48	
Экзамены	II, IV, VI, VIII			36
<b>Итого за весь курс обучения:</b>		<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гимнастики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(художественная гимнастика)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде  
спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 19 от «25» апреля 2013 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
Протокол № 17 от «9» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Составитель:

Беклемишева Елена Валерьевна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики  
Новикова Лариса Александровна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## Содержание

№	Содержание программы	стр.
1	Цель освоения дисциплины.....	4
2	Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.....	5
3	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).....	8
4	Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)».....	12
5	Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	18
6	Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).....	59
7	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)....	60
8	Информационные справки.....	63
9	Аннотация к рабочей программе дисциплины.....	78

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)**» является – обеспечение освоения учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

Перед преподавателями и студентами стоят следующие цели по освоению дисциплины СПС:

- обеспечение готовности к практической реализации установленных программой дисциплины СПС общекультурных и профессиональных компетенций;
- подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в спортивной гимнастике;
- формирование компетенций на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечение готовности к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных гимнасток;
- готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием спортивной гимнастики для оздоровления,

разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения на всех этапах возрастного развития человека;

- владение организационно-управленческими и финансово-хозяйственными компетенциями, методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;

- внедрение в практику достижений отечественных и зарубежных специалистов, стимулирование к собственным инновационным разработкам; создание на этой основе предпосылок к дальнейшему усовершенствованию в избранной физкультурно-спортивной деятельности;

- овладение практическими умениями и навыками исполнения основных элементов во всех видах многоборья художественной гимнастики;

- закрепление умений и навыков в обучении технике исполнения гимнастических элементов и их совершенствовании;

- закрепление умений и совершенствование навыков, воспитание физических качеств;

- приобретение знаний, умений и навыков в организации, проведении и судействе соревнований по художественной гимнастике.

## **2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)» относится к профессиональному циклу базовой части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов, при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области художественной гимнастики.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, интернет - технологии в спорте, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам современного пятиборья виды спорта и др. Данная дисциплина предшествует и проходит параллельно со спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практиками.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент в ней сделан на развитии творческих способностей и обеспечении владения общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности. Подчеркнута также важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе занятий спортивной гимнастикой, которые социальны по своей сути, характеризуются конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение данной дисциплины включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, соответствующие требованиям к поступающим в вуз (абитуриентам).

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

#### **Профессиональные компетенции по программе модуля:**

ОПК-2 - Способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов;

ОПК-3 - Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

ОПК-5 - Способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений;

ОПК-8 – Способность проводить и организовывать соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта;

ПК–10 - Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся;

ПК-11 - Способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

ПК-14 - Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;

ПК-15 - Способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
<b>ОПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по художественной гимнастике;</li> <li>– методику применения средств в общефизической подготовке гимнастов.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по художественной гимнастике;</li> <li>– применять средства в общефизической подготовке гимнастов.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений в подготовительной части тренировочного занятия по художественной гимнастике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств в общефизической подготовке гимнастов.</li> </ul>	1-2	1-2	2, 3 и 4

	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы применения средств и методов в основной и заключительной частях тренировочных занятий по художественной гимнастике.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– применять средства и методы в основной и заключительной частях занятия по художественной гимнастике.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками использования упражнений в основной и заключительной частях тренировочного занятия по художественной спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4	3-4	5-6
<b>ОПК-3</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в художественной гимнастике на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в спортивной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	5-6	5-6	7-8
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в художественной гимнастике на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в художественной гимнастике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8	7	9-10

<b>ОПК-5</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы техники выполнения соревновательных упражнений в художественной гимнастике</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать технику выполнения упражнений на различных видах гимнастического многоборья</li> </ul>	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать композицию упражнений на различных видах гимнастического многоборья.</li> </ul>	3-4	3-4	5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня работоспособности гимнастов различного возраста.</li> </ul>	5-6	5-6	7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками определения уровня специализированных качеств у гимнастов различного возраста</li> </ul>	7-8	7	9-10
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции судей по художественной гимнастике.</li> </ul>	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по художественной гимнастике</li> </ul>	3-4	3-4	5-6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований по художественной гимнастике</li> </ul>	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-10</b>	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в художественной гимнастике</li> </ul>	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-11</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в художественной гимнастике</li> </ul>	5-6	5-6	7-8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по</li> </ul>	7-8	7	9-10



	художественной гимнастике			
<b>ПК-14</b>	<i>Уметь:</i> – владеть техникой исполнения упражнений художественной гимнастики	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<i>Владеть:</i> – умением составлять композиции соревновательных упражнений по художественной гимнастике	3-4	3-4	5-6
	<i>Владеть:</i> – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий художественной спортивной гимнастикой	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-15</b>	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль на занятиях по художественной гимнастике.	3-4	3-4	7-8
	<i>Владеть:</i> умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8	7	9-10

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»

##### 4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	--	---------	--	---

			<b>Занятия семинары</b>	<b>Самостоя- тельная работа</b>	<b>Контроль</b>	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>12</b>	<b>85</b>		
1.1	Подготовка мест занятий по художественной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		4	6		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по художественной гимнастике			8		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		8	71		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
2.1	Профессионально- педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		12	20		
<b>3.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки гимнастов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
3.1	Занятия по анализу техники упражнений на видах многоборья		12	20		

<b>4.</b>	<b>Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
4.1	Организация и проведение соревнований		12	20		
<b>5.</b>	<b>Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
5.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	20		
<b>II курс</b>	<b>Всего:126 часов (4 зачетные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по художественной гимнастике		4	8		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий художественной гимнастикой		6	4		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>		<b>10</b>	<b>8</b>		

2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		10	8		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки гимнастов</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		4	4		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		16	8		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>4</b>	<b>8</b>		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		4	8		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>6</b>	<b>17</b>		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности в видах многоборья		6	17		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 81 час (2 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по художественной гимнастике</b>		<b>24</b>	<b>3</b>		

1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по художественной гимнастике		2	1		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по художественной гимнастике		2	1		
1.3	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий художественной гимнастикой		20	1		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>			<b>3</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике			3		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>3</b>		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		10	1		
3.2	Хронометраж занятий по художественной гимнастике		10	1		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>16</b>	<b>3</b>		

4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		16	3		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 279 часов (8 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>20</b>	<b>70</b>		
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		8	30		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		8	20		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	20		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>2</b>	<b>40</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	40		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>40</b>		
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		20	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>18</b>	<b>60</b>		

4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		4	20		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по художественной гимнастике		4	20		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		10	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

#### 4.2. Ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часов, самостоятельная работа студентов – 604 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинары	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике		4	31		

2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		4	30		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		4	30		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике		4	30		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по художественной гимнастике		4	31		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		4	30		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
5.	Организация и проведение соревнований		4	30		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>



1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки по художественной гимнастике		5	40		
2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике		5	41		
3.	Хронометраж занятий по художественной гимнастике		5	40		
4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		5	30		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		5	41		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		5	40		
3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		5	30		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		5	40		
	<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>		<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

### 4.3. Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 575 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студента и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинары	Самостоятельная	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Подготовка мест занятий по художественной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		8	32		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по художественной гимнастике		6	48		

1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		6	53		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 198 часов (6 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>					
1.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		5	40		
<b>2.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки гимнастов</b>					
2.1	Занятия по анализу техники упражнений в видах многоборья		5	49		
<b>3.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		5	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике		5	40		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 90 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия		2	11		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	5		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий художественной гимнастикой		4	5		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>					
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		4	10		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки гимнастов</b>					
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		2	10		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		2	10		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					

4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		2	5		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности в видах многоборья		2	5		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки по художественной гимнастике		4	20		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по художественной гимнастике		2	20		
1.3	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по художественной гимнастике		2	20		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий художественной гимнастикой		2	20		

<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике		4	20		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		2	10		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		2	10		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра в одном из видов гимнастического многоборья		2	13		
<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>9-10</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	10		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		2	10		

1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		2	10		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	10		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		4	10		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		4	10		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по художественной гимнастике		4	9		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		4	10		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда актуальных задач обучения: - интенсивное выявление индивидуальных особенностей; - оперативное определение материала, требующего доработки; - стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль); - повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

Виды контроля:

1. **ВХОДНОЙ** – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. **РУБЕЖНЫЙ (ПЕРИОДИЧЕСКИЙ)** – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. **КУРСОВОЙ (ИТОГОВЫЙ)** – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

4. **КОНТРОЛЬ ОСТАТОЧНЫХ ЗНАНИЙ** – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.); на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.



5. ТЕКУЩИЙ – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; оптимизирует индивидуальные занятия; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю.

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

2. На каждом занятии необходимо отводить время для проверки знаний и навыков студентов по пройденному материалу и усвоения изучаемой темы.

3. Текущим контролем должно быть охвачено как можно больше обучаемых с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Базовые формы текущего контроля - проверка заданий на самостоятельную работу (конспектов, отчётных документов и др.)

Опросы. Классификация опросов: 1) по охвату обучаемых: сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный; 2) по методу проверки: устный, письменный, “машинный”; 3) по методу получения ответов: альтернативный, конструируемый. 4) по объёму проверяемого материала: краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развёрнутый устный опрос; контрольная работа – фронтальный конструируемый письменный опрос.

Условия активизации текущего контроля: - содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля; - стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля; - рационализация усилий по организации активного текущего

контроля. Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

Улучшение изучения обучаемых является не перегрузкой, а минимально необходимым условием эффективности любого обучения.

Оптимизация текущего контроля на лекциях и групповых занятиях: выделить в тексте краткие фрагменты, даваемые под запись; дополнять каждый фрагмент вопросом-заглавием; пронумеровать полученные блоки "вопрос-ответ"; выделить наиболее важные блоки, задаваемые к очередной "летучке".

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной деятельности студентов как условие формирования способностей студентов к самообучению и самореализации и как показатель качества деятельности преподавателей в подготовке будущих специалистов. Функциями учебно-методического обеспечения явились создание единства и системности теоретической, методической и практической подготовки студентов, личностной и профессиональной самоорганизации, самообучения и самореализации, среды личностного выбора и индивидуальной траектории профессионального становления, условий для повышения качества усвоения содержания педагогических дисциплин, индивидуализация процесса профессиональной самостоятельной деятельности.

Виды самостоятельной деятельности студентов во время лекций, семинарских занятий, на педагогической практике. Учебно-методическое обеспечение представлено разнообразными видами самостоятельной работы студентов (реферирование, конспектирование, проекты, схемы, педагогические ситуации, эссе и т.п.), каждый из которых был снабжен специфическими методами работы: формулировка суждений, поиск зависимостей, доказательств, имитации и т.п. Основные методы: драматизация проблемных педагогических ситуаций, демонстрация субъект-субъектных взаимодействий, коллективная рефлексия, алгоритмизация,

дифференциация научных суждений, оппонирование, «театр одного актёра», имитационные диалоги, парирование.

Особенности освоения видов самостоятельной работы: на младших курсах студенты лучше работают с текстами и драматизациями, на старших курсах успешнее работа по осуществлению проектов и научных понятий.

Особую сложность вызывают у студентов задания связанные с рефлексией, с самооценкой качества выполненного задания и переносом теоретического знания на педагогическую практику. Преодоление данного противоречия осуществляется с помощью личностной и профессиональной презентации студентов на лекциях, семинарских занятиях в педагогической практике и на различных конференциях, где они приобретают опыт коммуникаций и творческой самореализации.

Способы самообучения и самореализации рассматриваются как показатели качества разработанного и апробированного учебно-методического обеспечения. Самообучение рассматривается как профессиональная характеристика, а самореализация - как личностная. Способность к самообучению формируется значительно быстрее по сравнению с самореализацией. Процесс самореализации более сложный, так как в нем проявляются личностные характеристики, в некоторой степени, задерживающие этот процесс - неуверенность, отсутствие гибкости мыслительных процессов, низкий уровень воображения и др. Несмотря на разницу протекания этих процессов, эксперимент подтвердил, что спроектированное на научных принципах учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов обуславливает качество данной работы и качество профессиональной подготовки и личностного развития.

Внеучебные виды деятельности носят творческий характер, методы были ориентированы на индивидуальное развитие. Студенты могли быстро реагировать на сложившиеся педагогические ситуации и находить верные способы их разрешения.

Показателями качества реализуемого учебно-методического обеспечения самостоятельной работы студентов являются сформированные способы решения педагогических задач, творческие работы по проектированию, перенос теоретического знания в практическую деятельность, способность систематизировать материал, вести диалог в коллективе, осуществлять самооценку выполненной работы относительно требований стандарта, идей развивающего образования и ценностных ориентации как целевых установок процесса обучения и воспитания.

Становление опыта самостоятельной работы студентов обеспечивается сформированными способами самоорганизации, самопознания содержания педагогических дисциплин. Самостоятельная деятельность выявляет мотивы, познавательные профессиональные и личностные интересы, обуславливает возникновение поисковой творческой деятельности студентов, учит рефлексии, самоконтролю и самооценке.

Основными формами организации аудиторных занятий являются лекции и практические занятия, рационально сочетающиеся в течение всего изучаемого курса.

*На занятиях лекционного типа* закладывают знания по разделам и темам учебного материала, формируют фундамент для его последующего самостоятельного усвоения и овладения общекультурными и профессиональными компетенциями, контролируют самостоятельную работу студентов.

*Практические занятия*, включая семинарские, методические, лабораторные, учебную практику, преобладают в изучении данного курса. Они направлены на овладение общекультурными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию фитнес-технологий в России и эффективного средства оздоровления населения, проведению занятий тренировочно-спортивной и оздоровительной направленности, организации и судейству соревнований, анализу соревновательной и тренировочной деятельности. На практических занятиях происходит углубление знаний и

формирование компетенций их применения в реальной практике, проводят коллективное обсуждение и индивидуальное творческое осмысление теоретического материала на базе самостоятельного изучения рекомендованной литературы, консультируют, обсуждают и оценивают самостоятельную работу студентов, что обеспечивает подготовку выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности.

*Внеаудиторная самостоятельная работа* занимает особое место в овладении изучаемым курсом. Самостоятельная работа проводится по каждому разделу дисциплины и включает самостоятельное выполнение расчетно-графических работ, контрольно-тестовых практических заданий, подготовку к проведению контрольных тренировок и зачетных занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач, подготовку к судейству соревнований, выполнение курсовой и выпускной квалификационной работы. Контроль самостоятельной работы осуществляют в форме отчетов по каждому самостоятельно выполненному заданию на консультациях и в процессе аудиторных занятий, отводя на это не более 10% аудиторного времени.

## **Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов**

### **I курса**

1. Выписать права и обязанности студентов университета.
2. Описать свои представления об участии студента в общественной жизни университета.
3. Выявить уровень результатов выступления в видах гимнастического многоборья и в комплексе у сильнейших гимнастов России и мира, а также динамику его изменения.
4. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся гимнастикой.

5. Описать правила проведения соревнований по гимнастике древних олимпиад.
6. Создание олимпийского многоборья.
7. Расписать условия создания международной федерации гимнастики (FIG).
8. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся гимнастов мира, СССР и России.
9. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся гимнастов России и мира.
10. Составить хронологию изменения правил соревнований по гимнастике.
11. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
12. Законспектировать основные правила соревнований.
13. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения тренировок и соревнований по гимнастике.
14. Составить расписание занятий по гимнастике с учетом квалификации спортивных групп.
15. Оборудование мест для занятий акробатикой.
16. Составление графика легкоатлетического манежа для самостоятельных тренировочных занятий и согласовать их с куратором группы.
17. Основные принципы подбора инвентаря для ОРУ.
18. Подготовка мест и снарядов для проведения соревнований.
19. Выписать санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по гимнастике.
20. Основные принципы подбора экипировки.
21. Перерисовать схему соединений в вольных упражнениях и проанализировать ее.
22. Разработать схему действий гимнастов в соревнованиях.

23. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность гимнастки.
24. Основные термины, используемые при судействе соревнований в художественной гимнастике.
25. Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся художественной гимнастикой.
26. Изучение конспектов тренировочных занятий по художественной гимнастике у личных тренеров.
27. Написание конспектов занятий по акробатике.
28. Проведение различных частей занятий по гимнастике.
29. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях по гимнастике.
30. Расписать режим дня гимнастов.
31. Составление примерных конспектов занятий видами гимнастики оздоровительной направленности.
32. Составление требований, предъявляемых к батуту.
33. Повторение следующих положений и движений в прыжках на батуте: прыжки, повороты, основные позиции и соединения, сальто.
34. Описать особенности техники выдающихся гимнастов страны и мира с выделением следующих элементов: техника движений; техника поворотов; техника элементов с фазой полета.
35. Выписать основные положения осанки гимнастов на снаряде.
36. Отметить наиболее распространенные ошибки гимнастов в действиях.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Формирование гимнастики как вида олимпийского многоборья.
2. Изменения правил соревнований по художественной гимнастике.
3. Основы техники элементов на одном из видов многоборья.
4. Характеристика спортивных баз Университета на территории, которых проходят занятия гимнастикой.

5. Гигиенические требования к содержанию и эксплуатации снарядов.
6. Основные правила обеспечения безопасного проведения занятий по гимнастике.
7. Оборудование мест для проведения соревнований по спортивной гимнастике.
8. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и юниоров.
9. Гимнастика в системе физического воспитания.
10. Сведения о гимнастах.
11. Терминология соревновательных упражнений в гимнастике.
12. Судейская терминология по видам многоборья.
13. Структура тренировочного занятия в видах многоборья.
14. Разностороннее развитие личности средствами гимнастики.
15. Оздоровительный эффект от любительских занятий гимнастикой.
16. Техника упражнений со скакалкой.
17. Техника упражнений с обручем.
18. Техника упражнений с мячом.
19. Основы техники упражнений с булавами.
20. Основы техники упражнений с лентой.

### **Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов**

#### **II курса**

1. Определение последовательности использования методов обучения гимнастическим упражнениям.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению элементам в видах многоборья.
3. Ознакомиться с работами Лисицкой Т. С., Новиковой Л. А., Беклемишевой Е. В., Николаевой М. А., Гавердовского Ю. К., Сучилина Н. Г., Дубовицкой И. А. и др.



4. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
5. Написать примерную линейную программу обучения в одном из видов многоборья.
6. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
7. Изучить возможности использования смешенных программ обучения при освоении одного из видов многоборья.
8. Составление примерных программ обучения в видах многоборья.
9. Выписать из программы обучения ДЮСШ основные требования по физической, технической и спортивной подготовки для групп начальной подготовки.
10. Представить этапы многолетней подготовки по годам обучения в группах ДЮСШ по художественной гимнастике.
11. Изучить диапазон спортивных результатов в многолетней подготовке гимнастов и возраст достижения КМС, МС, МСМК.
12. Придумать и описать несколько парных упражнений в акробатике.
13. Ознакомиться с фронтальной формой организации занимающихся при обучении некоторым упражнениям акробатики.
14. Подготовить пример организации круговой тренировки при общей физической подготовке начинающих гимнастов.
15. Особенности организации и проведения соревнований с различным контингентом занимающихся.
16. Разработка и написание положения о соревнованиях по гимнастике.
17. Составление сметы на проведение соревнований по художественной гимнастике.
18. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований.
19. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по художественной гимнастике.

20. Обязанности организаторов и судей соревнований по отдельным видам многоборья.

21. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.

22. Составить отчет о соревнованиях.

23. Написание учебного плана подготовки гимнастов 1-го года обучения в группе начальной подготовки.

24. Составление учебного плана подготовки гимнастов 2-го года обучения в группе начальной подготовки.

25. Подготовка учебного плана тренировки гимнастов 3-го года обучения в группе начальной подготовки.

26. Написание конспекта занятия по ОФП.

27. Составление конспекта занятия по акробатике.

28. Описание тренажёрного зала и его назначение.

29. Разработка комплекса упражнений для работы на изокинетическом тренажере.

30. Составить годовой план график использования вспомогательных средств в гимнастике на начальном этапе подготовки.

31. Провести самостоятельную тренировку с лонжей.

32. Конспектирование методических разработок с использованием тензоплатформы.

33. Описание конструкций и назначения при занятиях гимнастикой.

34. Расчетное определение целевых ЧСС-зон у гимнастов во время тренировки.

35. Прямое определение ЧСС макс у спортсменов занимающихся спортивной гимнастикой.

36. Содержание и формы воспитательной работы с юными гимнастами.

37. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.

38. Использование технических средств при подготовке в различных видах многоборья.

39. Общая характеристика проявления одного из физических качеств в художественной гимнастике.

40. Требования, предъявляемые спортивной гимнастикой к личности спортсмена.

41. Характеристика основных методов исследования, используемых в гимнастике.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся гимнастикой.

2. Начальное обучение одному из элементов на виде многоборья.

3. Применение дидактических принципов при обучении в многоборье.

4. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения видам многоборья от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.

5. Элементы программирования обучения в видах многоборья.

6. Положение о соревнованиях по спортивной гимнастике.

7. Смета на проведение соревнований по гимнастике.

8. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по гимнастике в индивидуальной программе.

9. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по художественной гимнастике в групповых упражнениях.

10. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований у детей.

11. Медицинское обеспечение во время проведения соревнований по художественной гимнастике.

12. Состав главной судейской коллегии соревнований по художественной гимнастике и их функции.

13. Сценарии открытия и закрытия соревнований.

14. Отчет о проведении соревнований.

15. Сводный протокол результатов выступления участников соревнований.

### **Содержание зачетных требований**

#### **Вопросы для собеседования:**

1. Предмет и задачи обучения в художественной гимнастике.
2. Применение дидактических принципов при обучении в гимнастике.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в гимнастике.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения видам многоборья от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в видах многоборья.
7. Определение готовности к обучению видам многоборья: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в видах многоборья; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в видах многоборья.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в видах многоборья.

13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по гимнастике.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня.
17. Содержание положения о соревнованиях по художественной гимнастике.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по гимнастике.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по гимнастике.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по гимнастике.
21. Главная судейская коллегия соревнований по художественной гимнастике и ее функции.
22. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
23. Организация и проведение соревнований по СФП.
24. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
25. Содержание отчета о соревнованиях.

### *Деловая игра*

Тема: Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по одному из видов многоборья:

- Скакалка
- Обруч
- Мяч
- Булавы
- Лента
- Групповые упражнения
- Выступления юниорок и сеньорок
- Показательные выступления

## **Содержание экзаменационных требований**

### **Вопросы для устного ответа**

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными гимнастами.
2. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
4. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по гимнастике в группах начальной подготовки.
5. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
6. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
7. Использование технических средств при подготовке в различных видах многоборья.
8. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося гимнастикой.
9. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок в гимнастике на организм спортсменов.
10. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
11. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
12. Проявление силы в видах многоборья.
13. Проявление быстроты в видах многоборья.
14. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.

15. Энергетическое обеспечение выносливости.
16. Проявление выносливости в видах многоборья.
17. Факторы, определяющие гибкость.
18. Измерение гибкости.
19. Активная и пассивная гибкость.
20. Проявление гибкости в видах многоборья.
21. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
22. Основные формы проявления координационных способностей: соизмерение и регулирование пространственных, временных и динамических параметров движений; поддержание статического и динамического равновесия; выполнение двигательных действий без излишней мышечной напряженности.
23. Координационные способности в гимнастике.
24. Ведущие ощущения и восприятия в видах многоборья: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
25. Двигательные представления (идеомоторика) гимнаста.
26. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
27. Характер мыслительных задач.
28. Эмоциональные процессы и состояния.
29. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
30. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
31. Виды и качественные особенности волевых усилий. Особенности процессов реагирования.

32. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.

33. Ориентирование в соревновательных ситуациях в гимнастике.

34. Характеристика основных методов исследования, используемых в гимнастике.

35. Особенности организации и проведения НИР в гимнастике.

36. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.

37. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.

38. Применение апробированных методик проведения научных исследований в гимнастике.

39. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.

40. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.

41. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

### **Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов**

#### **III курса**

1. Проведение ритм-блоков подготовительной части тренировочного занятия.

2. Составить композицию индивидуальных упражнений с музыкальным сопровождением.

3. Музыкальное сопровождение хореографии гимнастов.

4. Музыкальное сопровождение в упражнениях.

5. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.



6. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов спортивной тренировки применительно к видам многоборья.
7. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в гимнастике.
8. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки гимнастов.
9. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки гимнастов.
10. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах ДЮСШ по гимнастике.
11. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся гимнастикой.
12. Подбор упражнений для совершенствования техники элементов на видах многоборья.
13. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в видах многоборья.
14. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании по гимнастике.
15. Разработать комплекс, направленный на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов.
16. Разработать комплекс упражнений, направленный на укрепление опорно-двигательного аппарата гимнаста.
17. Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.
18. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.

19. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-й год обучения в тренировочной группе ДЮСШ по художественной гимнастике.

20. Определение соотношения средств физической и технической подготовки по годам этапа начальной специализации.

21. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.

22. Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики гимнастов в различном возрасте.

23. Тестирование в тренировочных группах 1-го и 2-го года обучения.

24. Подготовка протоколов тестирования подготовленности гимнастов по годам обучения на этапе начальной подготовки.

25. Подготовка протоколов тестирования гимнастов при зачислении их в учебно-тренировочные группы.

26. Подготовка протоколов тестирования гимнастов при зачислении их в группы спортивного совершенствования.

27. Ознакомиться с разделами специальной литературы, касающихся специфики двигательной деятельности в гимнастике.

28. Анализ дневников спортсменов для определения общего количества элементов. Определение интенсивности нагрузки по зонам мощности работы.

29. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов тренировочных групп ДЮСШ по гимнастике.

30. Описание особенностей противоборства в командных соревнованиях.

31. Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования.

32. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся художественной гимнастикой.

33. Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности.

34. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения.

35. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 2-го года обучения.

36. Посетить тренировки юных гимнастов по СФП.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Музыкальное сопровождение в гимнастике.

2. Физические упражнения в видах гимнастического многоборья.

3. Методы тренировки в видах гимнастического многоборья.

4. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства в гимнастике.

5. Средства и методы технической подготовки в видах гимнастического многоборья, применение технических средств и специальной аппаратуры.

6. Роль и значение психологической подготовки в гимнастике.

7. Управление психическим состоянием в процессе выступления в соревновании по гимнастике.

8. Содержание интеллектуальной подготовки гимнаста.

### **Содержание экзаменационных требований**

1. Техническое мастерство в гимнастике.

2. Специально-подготовительные упражнения в акробатике.

3. Упражнения общей и специальной физической подготовки, для совершенствования техники упражнений с предметами, упражнения с применением тренажерных устройств.

4. Ходьба различными видами; упражнения для укрепления осанки, совершенствования телом.
5. Специально-подготовительные упражнения с предметами.
6. Силовые динамические упражнения различной интенсивности.
7. Вспомогательные и специально-подготовительные упражнения для совершенствования техники упражнений на бревне.
8. Особенности применения бега с различной интенсивностью и длительностью.
9. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки гимнастов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке гимнастов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении видам многоборья.
12. Методы овладения техникой упражнений на видах многоборья .
13. Методы развития двигательных качеств, технико-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.
14. Цели и задачи физической подготовки в гимнастике.
15. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства.
16. Основные формы, средства и методы общей и специальной физической подготовки в гимнастике. Содержание и особенности физической подготовки в видах многоборья.
17. Роль и значение технической подготовки в видах многоборья для достижения высоких спортивных результатов по всему комплексу.
18. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий видами гимнастического многоборья.
19. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.

20. Особенности применения средств и методов технической подготовки в различных видах многоборья, применение технических средств и специальной аппаратуры.

21. Цель и задачи психологической подготовки в гимнастике и её видах. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки .

22. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.

23. Применение средств и методов психологической подготовки в видах многоборья.

24. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в художественной гимнастике.

25. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции с учетом специфики видов многоборья.

26. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.

27. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики спортивной гимнастики; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии гимнастики в стране и мире.

28. Средства и методы интеллектуальной подготовки.

29. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.

30. Значение и виды соревнований в гимнастике.

31. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в видах многоборья.

32. Характеристика тренировочных нагрузок в гимнастике.
33. Основные пути отбора в художественной гимнастике.
34. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах ДЮСШ по гимнастике.
35. Значение и виды соревнований в художественной гимнастике.
36. Структура соревновательной деятельности в художественной гимнастике и его видах.
37. Характеристика тренировочных нагрузок в гимнастике.
38. Взаимовлияние тренировочных нагрузок в видах многоборья и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
39. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
40. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
41. Основные пути отбора в гимнастике.
42. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
43. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
44. Определение предрасположенности к занятиям художественной гимнастикой.
45. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям художественной гимнастикой.
46. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в художественной гимнастике.
47. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки гимнастов.
48. Принципы и методы обучения в спортивной гимнастике

49. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки гимнастов.

50. Требования стандартов спортивной подготовки в гимнастике к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.

51. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки гимнастов.

52. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в гимнастике с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.

53. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам многоборья в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки гимнастов.

54. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.

55. Логическое осмысление соревновательного упражнения: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).

56. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области спортивной гимнастике.

57. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования

58. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся

59. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

**Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов**

**IV курса**

1. Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп спортивного совершенствования.
2. Составление годового плана подготовки групп спортивного совершенствования с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам.
3. Планирование контрольных заданий и результатов по видам многоборья.
4. Изучить специальную литературу по вопросу управления деятельностью и составить список стимулов для выполнения большого объема нагрузок.
5. Составить комплекс тестов для оценки состояния спортсменов группы спортивного совершенствования ДЮСШ по художественной гимнастике.
6. Выписать способы регулирования тренировочных нагрузок в течение дня и по дням недели.
7. Указать причины регулирования тренировочных нагрузок в недельных циклах.
8. Написать основное содержание углубленного и этапного обследования.
9. Прогноз состава и выступления лучшей четверки мужской сборной команды России на чемпионате мира текущего года.
10. Прогноз состава и выступления лучшей четверки женской сборной команды России на чемпионате мира текущего года.
11. Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним.
12. Построение динамики результатов по отдельным видам многоборья за последние 4 года на чемпионатах России .
13. Выявление динамики результатов в многоборье за последние 4 года на чемпионатах России.



14. Изменения личных результатов четырех сильнейших гимнастов России среди мужчин на международных турнирах за текущий год, прогнозирование результатов выступления на чемпионате мира .

15. Динамика результатов в годичном цикле подготовки сильнейших спортсменов России, сравнение с динамикой трех предыдущих лет.

16. Ознакомление с режимом учебно-тренировочной работы и требованиями к физической, технической и спортивной подготовленности спортсменов групп спортивного совершенствования ДЮСШ по художественной гимнастике.

17. Изучение содержания план-схемы годичного цикла подготовки гимнастов и составление 2 и 3-го года обучения группы спортивного совершенствования.

18. Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по видам гимнастического многоборья для групп спортивного совершенствования 1-го, 2-го и 3-го года обучения.

19. Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших гимнастов.

20. На основе изучения специальной литературы по спортивной гимнастике и видов спорта имеющих схожие соревновательные упражнения создать и структурировать по значимости список умений и навыков тренеров необходимый в тренировочном процессе по видам многоборья.

21. Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.

22. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по художественной гимнастике.

23. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по художественной гимнастике.

24. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера.

25. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся гимнастикой.

26. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у гимнастов.

27. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей пассивной части опорно-двигательного аппарата у юных гимнастов.

28. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по спортивной гимнастике.

29. Создание образа спортивной гимнастики как комплексного вида спорта.

30. Сделать презентацию новой спортивной базы по художественной гимнастике.

31. Посещение одной из ДЮСШ города Москвы или Подмосковья. Выписать количество групп ДЮСШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения ДЮСШ.

32. Беседа с руководством ДЮСШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы ДЮСШ и пропаганды занятий художественной гимнастикой.

33. Интервьюирование тренеров ДЮСШ по количеству желающих заниматься спортивной гимнастикой и наполняемости групп ДЮСШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий художественной гимнастикой.

34. Изучение специальной литературы посвященной питанию спортсменов.

35. Составить описание одной из методик углеводного насыщения перед главным стартом сезона.

36. Изучить особенности содержания питания спортсменов перед выступлениями в различных соревновательных упражнениях гимнастики.

37. Ознакомиться с основными подходами приема пищи при участии в многодневных соревнованиях.

38. Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР.

39. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).

40. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.

41. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.

42. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).

43. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ.

44. Разработать рекомендации по улучшению работы СНО.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Планирование подготовки в художественной гимнастике.
2. Прогнозирование спортивных результатов в спортивной гимнастике и в отдельных его видах.
3. Структура годичного цикла на этапе спортивного совершенствования.
4. Особенности моделирования в художественной спортивной гимнастике.
5. Построение моделей соревновательной деятельности гимнастов в многоборье.
6. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по гимнастике.
7. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по художественной гимнастике.
8. Различные средства и методы восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки гимнастов.
9. Создание имиджа художественной гимнастики.

10. Долгосрочное сбалансированное питание гимнастов.
11. Планирование питания при подготовке к ответственным соревнованиям.
12. Питание во время соревнований по художественной гимнастике.

### **Содержание экзаменационных требований**

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в художественной гимнастике.
3. Учет тренировочных нагрузок по видам гимнастического многоборья.
4. Виды контроля за состоянием гимнастов во время тренировок и соревнований.
5. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.
6. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.
7. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.
8. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.
9. Применение актуальных для спортивной гимнастики технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
10. Значение и задачи планирования подготовки в художественной гимнастике.
11. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
12. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) гимнастов старших разрядов.
13. Годовое планирование.

14. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в гимнастике с учетом их взаимовлияния.

15. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

16. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.

17. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

18. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.

19. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в художественной гимнастике и в отдельных её видах.

20. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в художественной гимнастике.

21. Динамика личных и командных результатов по спортивной гимнастике и по отдельным его видам за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.

22. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

23. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.

24. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.

25. Различная степень подготовленности спортсмена в отдельных видах многоборья («ведущие», «отстающие» виды).

26. Принципы чередование ударных нагрузок в плавании и беге на этапе совершенствования спортивного мастерства.

27. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

28. Требования стандарта спортивной подготовки в спортивной гимнастике для этапа совершенствования спортивного мастерства.

29. Особенности организации и проведения занятий акробатикой на этапе совершенствования спортивного мастерства.

30. Организация и проведение занятий по СФП у гимнастов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

31. Интеграция тренировочного процесса в хореографии с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.

32. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам многоборья в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства .

33. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в художественной спортивной гимнастике .

34. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.

35. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших гимнастов России и мира.

36. Характеристика спортивной деятельности в видах многоборья. Требования к отдельным сторонам подготовки гимнастов.

37. Особенности протекания восстановления при занятиях различными видами гимнастики.

38. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок в гимнастике.

39. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки гимнастов.

40. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (пол, возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.

41. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

42. Активное воздействие на темпы восстановления непосредственно в различных формах тренировочного процесса для повышения уровня функциональных возможностей спортсменов, развития двигательных качеств и совершенствования технико-тактического мастерства.

43. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.

44. Основные положения применения восстановительных средств в спортивной гимнастике.

45. Агитация и пропаганда

46. Рекреация гимнастов.

47. Формирование мотивации к занятиям гимнастикой.

48. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям художественной гимнастикой.

49. Умение формировать мотивацию к занятиям художественной гимнастикой.

50. Структурные элементы общественного мнения.

51. Функции формирования общественного мнения о художественной гимнастике.

52. Создание имиджа художественной гимнастики как олимпийского вида спорта.

53. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.

54. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.

55. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.

56. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирования и представления обобщения и выводы.

57. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в гимнастике.

58. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по художественной гимнастике.

### **Примерная тематика курсовых работ**

1. Прогнозирование спортивных достижений в художественной гимнастике.

2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки гимнастов.

3. Модели соревновательной деятельности в художественной спортивной гимнастике.

4. Методики повышения уровня подготовленности гимнастов.

5. Модельные характеристики спортсмена.

6. Планирование тренировочных нагрузок в видах многоборья и их взаимовлияние.

7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по художественной гимнастике.

8. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем гимнастики.

9. Инновации в методике обучения видам многоборья.

10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе гимнастов.

11. Система фармакологической поддержки гимнастов в тренировочном процессе и соревнованиях.

12. Рационализация питания спортсменов занимающихся художественной гимнастикой.



13. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся спортивной гимнастикой.

14. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов на различных этапах многолетней подготовки.

15. Система соревнований как составной части многолетней подготовки гимнастов.

### **Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов V курса**

1. Написание доклада для представления материалов исследований.
2. Создание презентации к докладу на конференции.
3. Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. Из текста доклада находятся сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения.
4. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме.
5. Подготовить компьютерную презентацию ВКР.
6. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы, в крайнем случае – на самой презентации. Можно распечатать некоторые ключевые слайды в качестве раздаточного материала.
7. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.
8. Изучение высказанных замечаний на апробации.
9. Анализ ответов на вопросы по ВКР.
10. Подготовка ответов на замечания рецензента.
11. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

### Примерная тематика рефератов

1. Оздоровительные виды гимнастики и гимнастика на производстве. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультпауза, физкультминутка.
2. Значение, задачи и содержание физического воспитания в дошкольном, школьном и студенческом возрасте.
3. Биомеханические основы техники упражнений в художественной гимнастике.
4. Виды физического равновесия.
5. Ограниченно-устойчивое равновесие в гимнастике.
6. Динамическое равновесие в гимнастике.
7. Основные кинематические характеристики гимнастического движения.
8. «Внешние» и «внутренние» силы, действующие на гимнастку.
9. Опорная реакция при отталкивании.
10. Приземление и его техника при различных движениях.
11. Движения без предмета как основа соревновательных упражнений в художественной гимнастике.
12. Классификация упражнений без предмета в художественной гимнастике.
13. Классификация упражнений с предметами в художественной гимнастике.
14. Техника выполнения основных фундаментальных групп.
16. Показатели физического развития и состояния здоровья.
17. Определение типа телосложения. Классификация типов телосложения: мышечный, торакальный и астеничный типы.
18. Педагогические методы тестирования физических способностей юных гимнасток.
19. Комплектование команд в групповых упражнениях.

20. Определение понятий «спортивная техника», «техническая подготовка», «специальная техническая подготовка» (СТП), «техническое мастерство».

21. Этапы технической подготовки.

22. Значение хореографической подготовки в художественной гимнастике.

23. Технические и эстетические ошибки в художественной гимнастике.

24. Сбавки за технические ошибки в художественной гимнастике.

25. Методы обучения двигательным действиям в художественной гимнастике.

### **Содержание экзаменационных требований**

1. Правила обеспечения безопасности при обучении в гимнастике.
2. Основные причины травматизма в гимнастике.
3. Фактор психологической подготовки в гимнастике.
4. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
5. Темперамент, его разновидности. Темперамент гимнаста.
6. Основные методы психодиагностики в гимнастике.
7. Методы психической саморегуляции.
8. Теоретическая подготовка гимнастки и ее значение.
9. Принципы подготовки гимнасток высокой квалификации.
10. Концепция централизованной подготовки гимнасток.
11. Современный тренер по гимнастике, его знания, умения, навыки.
12. Психологические типы тренера и его личность.
13. Питание гимнаста. Требования к рациону и режиму питания.
14. Регуляция веса тела в гимнастике.
15. Водно-солевой режим гимнаста.
16. Методика отбора в гимнастике.
17. Медико-биологическое обеспечение занятий гимнастикой.
18. Биомеханическое обеспечение занятий гимнастикой.

19. Организационное обеспечение занятий гимнастикой.
20. Виды и этапность медико-биологических обследований в гимнастике.
29. Изучение литературы как метод исследования в гимнастике.
30. Методы исследования динамики гимнастических упражнений.
31. Комплексные методы инструментальных исследований в гимнастике.
32. Методы исследования физических качеств гимнастки.
33. Методы исследования функционального состояния гимнастки.
34. Методы антропометрических исследований в гимнастике.
35. Методы исследования процесса обучения в гимнастике.
36. Методы исследования тренировочного процесса в гимнастике
37. Методы учета и контроля тренировочных нагрузок гимнастки.
38. Методы индивидуализации тренировочных нагрузок в гимнастике.
39. Педагогический эксперимент и его методика.
40. Математическая статистика как метод исследования.
41. Анкетирование и опросы как метод исследования.
42. Метод видеорегистрации движений.
43. Современные методы компьютерной обработки данных исследования.
44. Компьютерная технология адаптивного обучения в спорте.
45. Комплексные методы обследования функционального состояния гимнастов и гимнасток.
46. Этапность выполнения квалификационной работы.
47. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
48. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
49. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.
50. Управление подготовкой гимнастов.
51. Моделирование спортивной деятельности гимнаста.
52. Профессионально-педагогическая деятельность тренера по

спортивной гимнастике.

53. Требования к профессиональной подготовке тренера.

54. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.

55. Классификация тренеров.

56. Оценка деятельности и личности тренера.

57. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по гимнастике.

58. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки гимнастов.

59. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных гимнастов.

60. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по художественной гимнастике.

### **Примерная тематика выпускных квалификационных работ**

1. Анализ содержания соревновательных программ по фактору трудности гимнасток высшей квалификации.

2. Сравнительный анализ содержания соревновательных программ сильнейших гимнасток мира.

3. Модельные характеристики трудности индивидуальных (групповых) композиций, как фактор планирования технической подготовленности в художественной гимнастике.

4. Структурный анализ групповых упражнений сильнейших команд, участниц олимпийских игр по художественной гимнастике.

5. Ритмическое построение индивидуальных композиций сильнейших гимнасток - призеров Олимпийских игр.

6. Психология общения коллектива гимнасток с тренером.

7. Определение отношений в системе тренер - спортсменка и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность гимнасток высокой квалификации.

8. Оценка надежности соревновательной деятельности гимнасток и гимнастов, участниц финальных соревнований Чемпионата Мира по художественной гимнастике.

9. Взаимосвязь между коэффициентом надежности соревновательной деятельности гимнасток высокой квалификации и спортивным результатом.

10. Исследование объема и интенсивности тренировочных (соревновательных) нагрузок в подготовительном периоде (в процессе выступления в соревнованиях) гимнасток и гимнастов высшей квалификации, специализирующихся в упражнениях с предметами.

11. Исследование динамики тренировочных нагрузок и надежности выполнения индивидуальных упражнений в соревновательном периоде у гимнасток и гимнастов высокой спортивной квалификации.

12. Исследование параметров соревновательных нагрузок у гимнастов и гимнасток высокой квалификации (на примере художественной гимнастики).

13. Изменение характера взаимосвязи показателей физической подготовленности гимнасток высокой квалификации в ходе годового цикла подготовки.

14. Методика оценки уровня физической подготовленности юных гимнасток 11-12 лет.

15. Взаимосвязь показателей физической и технической подготовленности студенток РГУФКСМиТ, специализирующихся по художественной гимнастике.

16. Влияние хореографической подготовки на уровень технической подготовленности юных гимнасток в упражнениях.

17. Определение уровня спортивно-технического мастерства сильнейших гимнасток мира.

18. Контроль за хореографической подготовленностью юных гимнасток.

19. Влияние быстроты мышечного сокращения на качество выполнения прыжков в художественной гимнастике.

20. Спортивный отбор и ориентация в ДЮСШ (на примере художественной гимнастики).

21. Основные тенденции развития научных исследований в художественной гимнастике.

22. Прыжковая подготовка и подготовленность в художественной гимнастике.

23. Вращательная подготовка и подготовленность в художественной гимнастике.

24. Техническая оснащенность элементами различных групп трудности в ансамблевых композициях.

25. Факторы эффективности обучения гимнасток сложным упражнениям.

26. Использование больших тренировочных и соревновательных нагрузок для достижения высоких спортивных результатов в художественной гимнастике.

27. Спортивный талант как фактор достижений высоких спортивных результатов в художественной гимнастике.

28. Социальное значение возникновения и развития художественной гимнастики как олимпийского вида спорта.

29. Сужение спортивной специализации как путь достижения максимальных спортивных результатов в художественной гимнастике.

30. Оздоровительная физическая культура в профилактике остеохондроза позвоночника спортсменок (на примере художественной гимнастики).

31. Этапы многолетней подготовки юных гимнастов.

32. Содержание и формы воспитательной работы с юными гимнастами.

33. Цель и задачи психологической подготовки в художественной гимнастике.

34. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки гимнаста.

35. Воспитание выразительности и координации движений в художественной гимнастике посредством применения музыкальных игр и танцев.

36. Анализ показателей результативности по выполняемой трудности в соревновательных упражнениях с обручем у гимнасток 14-16 лет.

37. Влияние хореографической подготовки на артистичность выполнения произвольных комбинаций гимнастками 12-14 лет.

38. Анализ развития скоростно-силовых качеств на примере прыжков у спортсменок 12-14 лет в художественной гимнастике с использованием предмета скакалка.

39. Сравнительный анализ координационных способностей девочек 7-9 лет по количественным показателям компонента Мастерства в соревновательных композициях в художественной гимнастике.

40. Совершенствование технического мастерства в упражнениях с булавами у высококвалифицированных гимнасток.

41. Развитие координационных способностей в упражнениях со скакалкой у гимнасток 10-12 лет.

42. Совершенствование программы поворотной подготовки у гимнасток 14-16 лет в художественной гимнастике (на примере упражнения с лентой).

43. Развитие гибкости у гимнасток 9-11 лет на примере упражнений с мячом.

44. Исследование динамики показателей трудности в групповых упражнениях с разными предметами – 2 скакалки и 3 мяча - в художественной гимнастике.

45. Развитие координационных способностей у детей 8-10 лет на примере двигательных действий с разными предметами в художественной гимнастике.



46. Развитие гибкости у гимнасток 9-11 лет на примере упражнений с мячом.

47. Исследования влияния морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей на развитие физических качеств в художественной гимнастике у девочек 7-9 лет.

48. Анализ показателей результативности по выполняемой трудности в соревновательных композициях с обручем у гимнасток 14-16 лет.

49. Совершенствование программы поворотной подготовки у спортсменок высокой квалификации 14-16 лет в художественной гимнастике (на примере упражнения с лентой).

50. Анализ применения сложно-координационных рискованных действий (элементы риска) с предметами в художественной гимнастике.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Художественная гимнастика. Учебник для ИФК под ред. Т.С. Лисицкой, М.: Ф и С, 1982.
2. Художественная гимнастика. Учебник под общ. ред. Л.А. Карпенко, М. 2003.
3. Художественная гимнастика: правила соревнований ФИЖ, 2009-2012г.г., 2012-2017 г.г.
4. Теория и методика художественной гимнастики: примерная программа дисциплины цикла СДГОС по специальности 032101 – Физическая культура и спорт/ под общ. ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: РИО РГУФК, 2005 –100 с.
5. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. Учеб. для хореографических училищ и хореографических отделений ВУЗов искусств и культуры. – Ленинградское отделение: Искусство, 1986.

б) Дополнительная литература:

1. Гимнастика. Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Академия, 2002.
2. Годик М.А. Спортивная метрология. Учеб. для ин-та физ. культуры. – М.: ФиС, 1988.
3. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. – М.:ФиС, 1984.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учеб. для ин-тов, физ. культуры. – М.: ФиС, 1991.
5. Художественная гимнастика: программа для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Под ред. Т.С. Лисицкой, О.А. Ивановой, В.Ю. Кубилене, Г.Г. Романовой, А.Н. Яниной, В.А. Иваницкой. – М.: Советский спорт, 1989.

в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. *Инвентарь:*

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- гимнастические скакалки – 30 шт.;
- гимнастические мячи – 30 шт.;
- гимнастические обручи – 30 шт.;
- гимнастический стол – 2 шт.;
- гимнастический ковёр 14 на 14 м – 1 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 25 м – 2 шт.;
- гимнастические снаряды массового типа:
- гимнастические стенки (не менее 10 пролетов) – 3 шт.;
- гимнастические скамейки 4 м - 10 шт.;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт.;
- видео-класс с комплектом проекционной аппаратуры.

### *Научная аппаратура:*

Комплект аппаратуры для проведения индивидуальных измерений уровня физического состояния и подготовленности испытуемых: секундомеры, измерительная лента, становой и ручной динамометры, лента Абалакова, калипетр, гониометр, напольные весы. Для проведения более точных исследований предполагается использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ.

*Оргтехника (год выпуска):*

1. DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
2. Видеопрезентер ELMOHV 110XG – 2006 г.
3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
4. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
5. Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
6. Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
7. Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
8. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.
9. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
10. Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
11. Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
12. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
13. Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
14. Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
15. Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
16. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
17. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
18. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
19. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
20. Плеер DVD ВВК – 2007 г.
21. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
22. Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
23. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
24. Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
25. Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.

26. Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
27. Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
28. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**По дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» (художественная гимнастика)**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания  
1 курса, направления подготовки Физическая культура,  
направленности (профилю) Спортивная подготовка в  
избранном виде спорта заочной формы обучения на 2012-2013  
учебный год.**

### ***I. Общие сведения.***

#### ***II. Кафедра: Теории и методики гимнастики.***

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр

Количество занятий по повышению спортивного мастерства – 60 часов.

Объем самостоятельной работы студентов – 70 часов.

Форма рубежного контроля: 1 семестр – зачёт, 2 семестр – зачёт.

### ***III. Перечень тем.***

#### **1. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК ВИД СПОРТА.**

***1.1. Введение в специальность.***

***1.2. Общая характеристика художественной гимнастики как вида спорта.***

***1.3. История художественной гимнастики.***

***1.4. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.***

***1.5. Тенденции и перспективы развития современной художественной гимнастики.***

#### **2. СРЕДСТВА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.**

***2.1. Терминология художественной гимнастики.***

***2.2. Техника базовых двигательных действий без предмета.***

***2.3. Техника упражнений с предметами в отдельных видах художественной гимнастики.***

***2.4. Хореографические упражнения и элементы танца.***

#### **3. ОБУЧЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯМ.**

***3.1. Цели, задачи и основные принципы обучения упражнениям в художественной гимнастике.***

- 3.2. *Двигательные представления в художественной гимнастике и методика их формирования.*
- 3.3. *Приемы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*
- 3.4. *Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в художественной гимнастике.*
- 3.5. *Учебно-тренировочное занятие в художественной гимнастике и методика его проведения.*
- 3.6. *Особенности обучения элементам различной трудности в отдельных видах многоборья художественной гимнастики.*

#### **4. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 4.1. *Подготовка гимнасток высокой квалификации как многолетний управляемый процесс.*

#### **5. СИСТЕМА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 5.1. *Хореографическая и музыкально-ритмическая подготовка.*
- 5.2. *Общая и специальная физическая подготовка.*

#### **6. СОРЕВНОВАНИЯ, ПОКАЗАТЕЛЬНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.**

- 6.1. *Специфика соревнований по художественной гимнастике.*
- 6.2. *Правила соревнований и основы судейства.*

#### **7. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.**

- 7.1. *Организационно-методическое обеспечение.*
- 7.2. *Инструктаж о соблюдении техники безопасности на занятиях художественной гимнастикой.*

## **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

### **1 семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Посещение учебно-тренировочных занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в художественной	10

	гимнастике.	
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в сложно-координационных видах гимнастического многоборья. 2. Составление обучающих программ по видам гимнастического многоборья.	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация и проведение соревнований по художественной гимнастике. 2. Разработка и написание Положения о соревнованиях по художественной гимнастике. 3. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам.	5
6	Зачет (рубежный контроль)	10
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

**2 семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Сдача контрольных нормативов по хореографической подготовке	10
2	Сдача контрольных нормативов по СТП	15
3	Участие в соревнованиях по программе художественной гимнастики среди ВУЗов г. Москвы и России.	15
4	Посещение занятий	15
5	Сдача зачета	5
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>



*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),  
завершающимся зачетом**

<b>Набранные баллы</b>	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
<b>Зачет/незачет</b>	Не зачет		Зачет			
<b>Оценка по шкале ECTS</b>	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовл.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**По дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» (художественная гимнастика)**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания  
2 курса, направления подготовки Физическая культура,  
направленности (профилю) Спортивная подготовка в  
избранном виде спорта заочной формы обучения на 2012-2013  
учебный год.**

*III. Общие сведения.*

*IV. Кафедра: Теории и методики гимнастики.*

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр

Количество занятий по повышению спортивного мастерства – 60 часов.

Объем самостоятельной работы студентов – 70 часов.

Форма рубежного контроля: 1 семестр – зачёт, 2 семестр – зачёт.

*III. Перечень тем.*

### **6. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК ВИД СПОРТА.**

*6.1. Введение в специальность.*

*6.2. Общая характеристика художественной гимнастики как вида спорта.*

*6.3. История художественной гимнастики.*

*6.4. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.*

*6.5. Тенденции и перспективы развития современной художественной гимнастики.*

### **7. СРЕДСТВА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.**

*7.1. Терминология художественной гимнастики.*

*7.2. Техника базовых двигательных действий без предмета.*

*7.3. Техника упражнений с предметами в отдельных видах художественной гимнастики.*

*7.4. Хореографические упражнения и элементы танца.*

### **8. ОБУЧЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯМ.**

*8.1. Цели, задачи и основные принципы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*

*8.2. Двигательные представления в художественной гимнастике и методика их формирования.*

*8.3. Приемы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*

- 8.4. Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в художественной гимнастике.
- 8.5. Учебно-тренировочное занятие в художественной гимнастике и методика его проведения.
- 8.6. Особенности обучения элементам различной трудности в отдельных видах многоборья художественной гимнастики.

## 9. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.

- 9.1. Подготовка гимнасток высокой квалификации как многолетний управляемый процесс.

## 10. СИСТЕМА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.

- 10.1. Хореографическая и музыкально-ритмическая подготовка.
- 10.2. Общая и специальная физическая подготовка.

## 6. СОРЕВНОВАНИЯ, ПОКАЗАТЕЛЬНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.

- 6.1. Специфика соревнований по художественной гимнастике.
- 6.2. Правила соревнований и основы судейства.

## 7. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.

- 7.1. Организационно-методическое обеспечение.
- 7.2. Инструктаж о соблюдении техники безопасности на занятиях художественной гимнастикой.

## II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

### 1 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение учебно-тренировочных занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 2. Методика обучения в художественной гимнастике.	10

3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в сложно-координационных видах гимнастического многоборья. 2. Составление обучающих программ по видам гимнастического многоборья.	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 4. Организация и проведение соревнований по художественной гимнастике. 5. Разработка и написание Положения о соревнованиях по художественной гимнастике. 6. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам.	5
6	Зачет (рубежный контроль)	10
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

## 2 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Сдача контрольных нормативов по хореографической подготовке	10
2	Сдача контрольных нормативов по СТП	15
3	Участие в соревнованиях по программе художественной гимнастики среди ВУЗов г. Москвы и России.	15
4	Посещение занятий	15
5	Сдача зачета	5
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),  
завершающимся зачетом**

<b>Набранные баллы</b>	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
<b>Зачет/незачет</b>	Не зачет		Зачет			
<b>Оценка по шкале ECTS</b>	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовл.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**По дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» (художественная гимнастика)**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания  
3 курса, направления подготовки Физическая культура,  
направленности (профилю) Спортивная подготовка в  
избранном виде спорта заочной формы обучения на 2012-2013  
учебный год.**

*V. Общие сведения.*

*VI. Кафедра: Теории и методики гимнастики.*

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр

Количество занятий по повышению спортивного мастерства – 60 часов.

Объем самостоятельной работы студентов – 70 часов.

Форма рубежного контроля: 1 семестр – зачёт, 2 семестр – зачёт.

*III. Перечень тем.*

### **11. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК ВИД СПОРТА.**

- 11.1. Введение в специальность.*
- 11.2. Общая характеристика художественной гимнастики как вида спорта.*
- 11.3. История художественной гимнастики.*
- 11.4. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.*
- 11.5. Тенденции и перспективы развития современной художественной гимнастики.*

### **12. СРЕДСТВА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.**

- 12.1. Терминология художественной гимнастики.*
- 12.2. Техника базовых двигательных действий без предмета.*
- 12.3. Техника упражнений с предметами в отдельных видах художественной гимнастики.*
- 12.4. Хореографические упражнения и элементы танца.*

### **13. ОБУЧЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯМ.**

- 13.1. Цели, задачи и основные принципы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*
- 13.2. Двигательные представления в художественной гимнастике и методика их формирования.*
- 13.3. Приемы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*

- 13.4. *Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в художественной гимнастике.*
- 13.5. *Учебно-тренировочное занятие в художественной гимнастике и методика его проведения.*
- 13.6. *Особенности обучения элементам различной трудности в отдельных видах многоборья художественной гимнастики.*

#### **14. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 14.1. *Подготовка гимнасток высокой квалификации как многолетний управляемый процесс.*

#### **15. СИСТЕМА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 15.1. *Хореографическая и музыкально-ритмическая подготовка.*
- 15.2. *Общая и специальная физическая подготовка.*

#### **6. СОРЕВНОВАНИЯ, ПОКАЗАТЕЛЬНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.**

- 6.1. *Специфика соревнований по художественной гимнастике.*
- 6.2. *Правила соревнований и основы судейства.*

#### **7. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.**

- 7.1. *Организационно-методическое обеспечение.*
- 7.2. *Инструктаж о соблюдении техники безопасности на занятиях художественной гимнастикой.*

## **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

### **1 семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Посещение учебно-тренировочных занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 3. Методика обучения в художественной гимнастике.	10

3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в сложно-координационных видах гимнастического многоборья. 2. Составление обучающих программ по видам гимнастического многоборья.	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 7. Организация и проведение соревнований по художественной гимнастике. 8. Разработка и написание Положения о соревнованиях по художественной гимнастике. 9. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам.	5
6	Зачет (рубежный контроль)	10
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

## 2 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Сдача контрольных нормативов по хореографической подготовке	10
2	Сдача контрольных нормативов по СТП	15
3	Участие в соревнованиях по программе художественной гимнастики среди ВУЗов г. Москвы и России.	15
4	Посещение занятий	15
5	Сдача зачета	5
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>



*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),  
завершающимся зачетом**

<b>Набранные баллы</b>	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
<b>Зачет/незачет</b>	Не зачет		Зачет			
<b>Оценка по шкале ECTS</b>	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовл.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**По дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» (художественная гимнастика)**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания  
4 курса, направления подготовки Физическая культура,  
направленности (профилю) Спортивная подготовка в  
избранном виде спорта заочной формы обучения на 2012-2013  
учебный год.**

*VII. Общие сведения.*

*VIII. Кафедра: Теории и методики гимнастики.*

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр

Количество занятий по повышению спортивного мастерства – 60 часов.

Объем самостоятельной работы студентов – 70 часов.

Форма рубежного контроля: 1 семестр – зачёт, 2 семестр – зачёт.

*III. Перечень тем.*

### **16. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК ВИД СПОРТА.**

- 16.1. Введение в специальность.*
- 16.2. Общая характеристика художественной гимнастики как вида спорта.*
- 16.3. История художественной гимнастики.*
- 16.4. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.*
- 16.5. Тенденции и перспективы развития современной художественной гимнастики.*

### **17. СРЕДСТВА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.**

- 17.1. Терминология художественной гимнастики.*
- 17.2. Техника базовых двигательных действий без предмета.*
- 17.3. Техника упражнений с предметами в отдельных видах художественной гимнастики.*
- 17.4. Хореографические упражнения и элементы танца.*

### **18. ОБУЧЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯМ.**

- 18.1. Цели, задачи и основные принципы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*
- 18.2. Двигательные представления в художественной гимнастике и методика их формирования.*
- 18.3. Приемы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*

- 18.4. *Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в художественной гимнастике.*
- 18.5. *Учебно-тренировочное занятие в художественной гимнастике и методика его проведения.*
- 18.6. *Особенности обучения элементам различной трудности в отдельных видах многоборья художественной гимнастики.*

#### **19. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 19.1. *Подготовка гимнасток высокой квалификации как многолетний управляемый процесс.*

#### **20. СИСТЕМА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 20.1. *Хореографическая и музыкально-ритмическая подготовка.*
- 20.2. *Общая и специальная физическая подготовка.*

#### **6. СОРЕВНОВАНИЯ, ПОКАЗАТЕЛЬНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.**

- 6.1. *Специфика соревнований по художественной гимнастике.*
- 6.2. *Правила соревнований и основы судейства.*

#### **7. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.**

- 7.1. *Организационно-методическое обеспечение.*
- 7.2. *Инструктаж о соблюдении техники безопасности на занятиях художественной гимнастикой.*

## **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

### **1 семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Посещение учебно-тренировочных занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 4. Методика обучения в художественной гимнастике.	10

3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в сложно-координационных видах гимнастического многоборья. 2. Составление обучающих программ по видам гимнастического многоборья.	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 10. Организация и проведение соревнований по художественной гимнастике. 11. Разработка и написание Положения о соревнованиях по художественной гимнастике. 12. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам.	5
6	Зачет (рубежный контроль)	10
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

## 2 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Сдача контрольных нормативов по хореографической подготовке	10
2	Сдача контрольных нормативов по СТП	15
3	Участие в соревнованиях по программе художественной гимнастики среди ВУЗов г. Москвы и России.	15
4	Посещение занятий	15
5	Сдача зачета	5
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),  
завершающимся зачетом**

<b>Набранные баллы</b>	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
<b>Зачет/незачет</b>	Не зачет		Зачет			
<b>Оценка по шкале ECTS</b>	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовл.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

### **По дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование» (художественная гимнастика)**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания  
5 курса (для заочного факультета), направления подготовки  
Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная  
подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения  
на 2012-2013 учебный год.**

*IX. Общие сведения.*

*X. Кафедра: Теории и методики гимнастики.*

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр

Количество занятий по повышению спортивного мастерства – 60 часов.

Объем самостоятельной работы студентов – 70 часов.

Форма рубежного контроля: 1 семестр – зачёт, 2 семестр – зачёт.

*III. Перечень тем.*

#### **21. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК ВИД СПОРТА.**

- 21.1. Введение в специальность.*
- 21.2. Общая характеристика художественной гимнастики как вида спорта.*
- 21.3. История художественной гимнастики.*
- 21.4. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.*
- 21.5. Тенденции и перспективы развития современной художественной гимнастики.*

#### **22. СРЕДСТВА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.**

- 22.1. Терминология художественной гимнастики.*
- 22.2. Техника базовых двигательных действий без предмета.*
- 22.3. Техника упражнений с предметами в отдельных видах художественной гимнастики.*
- 22.4. Хореографические упражнения и элементы танца.*

#### **23. ОБУЧЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯМ.**

- 23.1. Цели, задачи и основные принципы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*
- 23.2. Двигательные представления в художественной гимнастике и методика их формирования.*
- 23.3. Приемы обучения упражнениям в художественной гимнастике.*

- 23.4. *Музыка как компонент упражнений и предмет обучения в художественной гимнастике.*
- 23.5. *Учебно-тренировочное занятие в художественной гимнастике и методика его проведения.*
- 23.6. *Особенности обучения элементам различной трудности в отдельных видах многоборья художественной гимнастики.*

#### **24. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 24.1. *Подготовка гимнасток высокой квалификации как многолетний управляемый процесс.*

#### **25. СИСТЕМА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

- 25.1. *Хореографическая и музыкально-ритмическая подготовка.*
- 25.2. *Общая и специальная физическая подготовка.*

#### **6. СОРЕВНОВАНИЯ, ПОКАЗАТЕЛЬНЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ.**

- 6.1. *Специфика соревнований по художественной гимнастике.*
- 6.2. *Правила соревнований и основы судейства.*

#### **7. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.**

- 7.1. *Организационно-методическое обеспечение.*
- 7.2. *Инструктаж о соблюдении техники безопасности на занятиях художественной гимнастикой.*

## **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

### **1 семестр**

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное количество баллов*</b>
1	Посещение учебно-тренировочных занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 5. Методика обучения в художественной гимнастике.	10

3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1.Методики обучения в сложно-координационных видах гимнастического многоборья. 2. Составление обучающих программ по видам гимнастического многоборья.	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 13. Организация и проведение соревнований по художественной гимнастике. 14. Разработка и написание Положения о соревнованиях по художественной гимнастике. 15. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	5 5 5
5	Написание и защита рефератов по разделам.	5
6	Зачет (рубежный контроль)	10
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>

## 2 семестр

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Сдача контрольных нормативов по хореографической подготовке	10
2	Сдача контрольных нормативов по СТП	15
3	Участие в соревнованиях по программе художественной гимнастики среди ВУЗов г. Москвы и России.	15
4	Посещение занятий	15
5	Сдача зачета	5
	<b>Всего:</b>	<b>60</b>



*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

**III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

**V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям),  
завершающимся зачетом**

<b>Набранные баллы</b>	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
<b>Зачет/незачет</b>	Не зачет		Зачет			
<b>Оценка по шкале ECTS</b>	F Неудовл.	E Посредств.	D Удовл.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гимнастики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(художественная гимнастика)»**

Направление подготовки/специальность: *Физическая культура*

Направленность (профиль): *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по спортивной гимнастике и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

– способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

– способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);

– способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);

– способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

– способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

### Краткое содержание дисциплины (модуля):

#### Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинары	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>12</b>	<b>85</b>		
1.1	Подготовка мест занятий по художественной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		4	6		

1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по художественной гимнастике			8		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		8	71		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общefизической направленности		12	20		
<b>3.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки гимнастов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
3.1	Занятия по анализу техники упражнений на видах многоборья		12	20		
<b>4.</b>	<b>Составление комплекса упражнений общefизической и оздоровительной направленности</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
4.1	Организация и проведение соревнований		12	20		
<b>5.</b>	<b>Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
5.1	Составление комплекса упражнений общefизической и оздоровительной направленности		12	20		
<b>II курс</b>	<b>Всего:126 часов (4 зачетные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по художественной гимнастике		4	8		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий художественной гимнастикой		6	4		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>		<b>10</b>	<b>8</b>		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		10	8		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки гимнастов</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		4	4		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		16	8		

<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>4</b>	<b>8</b>		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		4	8		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>6</b>	<b>17</b>		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности в видах многоборья		6	17		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 81 час (2 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по художественной гимнастике</b>		<b>24</b>	<b>3</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по художественной гимнастике		2	1		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по художественной гимнастике		2	1		
1.3	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий художественной гимнастикой		20	1		

<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>			<b>3</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике			3		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>3</b>		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		10	1		
3.2	Хронометраж занятий по художественной гимнастике		10	1		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>16</b>	<b>3</b>		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		16	3		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 279 часов (8 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>		<b>20</b>	<b>70</b>		
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		8	30		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		8	20		



1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	20		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>2</b>	<b>40</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	40		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>40</b>		
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		20	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>18</b>	<b>60</b>		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		4	20		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по художественной гимнастике		4	20		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		10	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

### Ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часов, самостоятельная работа студентов – 604 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинары	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике		4	31		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов		4	30		
3.	Освоение методики технической подготовки гимнастов		4	30		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		

5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике		4	30		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по художественной гимнастике		4	31		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		4	30		
3.	Освоение методик психологической подготовки гимнастов		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
5.	Организация и проведение соревнований		4	30		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки по художественной гимнастике		5	40		
2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике		5	41		

3.	Хронометраж занятий по художественной гимнастике		5	40		
4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов гимнастического многоборья		5	30		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		5	41		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		5	40		
3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		5	30		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		5	40		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

### Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 575 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (художественная гимнастика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинары	Самостоятельная	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Подготовка мест занятий по художественной гимнастике и изучение инструкций по технике безопасности		8	32		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по художественной гимнастике		6	48		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		6	53		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 198 часов (6 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>					

1.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		5	40		
<b>2.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки гимнастов</b>					
2.1	Занятия по анализу техники упражнений в видах многоборья		5	49		
<b>3.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		5	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по художественной гимнастике		5	40		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 90 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия		2	11		

1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	5		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий художественной гимнастикой		4	5		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств гимнастов</b>					
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		4	10		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки гимнастов</b>					
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		2	10		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		2	10		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке гимнастов		2	5		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					

5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности в видах многоборья		2	5		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки по художественной гимнастике		4	20		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по художественной гимнастике		2	20		
1.3	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по художественной гимнастике		2	20		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий художественной гимнастикой		2	20		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					



2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике		4	20		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня работоспособности гимнастов		2	10		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной гимнастике		2	10		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра в одном из видов гимнастического многоборья		2	13		
<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>9-10</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по художественной гимнастике</b>					
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	10		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		2	10		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		2	10		

<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по художественной гимнастике		2	10		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у гимнастов		4	10		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по художественной гимнастике		4	10		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по художественной гимнастике		4	9		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		4	10		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра** Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.16 «Спортивно-педагогическое совершенствование»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 Физическая культура

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
теории и методики индивидуально-игровых  
и интеллектуальных видов спорта  
Протокол № 11 от «19» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
теории и методики индивидуально-игровых  
и интеллектуальных видов спорта  
Протокол № 22 от «25» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители: Габбазова Асыл Якуповна, к.психол.н, доцент,  
профессор кафедры ТиМ ИИиИВС  
Джафаров Джафар Фаталиевич, преподаватель кафедры ТиМ ИИиИВС ,  
Варнавский Сергей Александрович, аспирант кафедры ТиМ ИИиИВС

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

### 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины Спортивно-педагогическое совершенствование является совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовленности студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина является органичным продолжением основных разделов теории и методики шахмат и реализуется на русском языке.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина относится к вариативной части профессионального цикла основной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиль «Спортивная подготовка».

Дисциплина взаимосвязана с теорией и методикой шахмат, теорией и методикой физической культуры, педагогикой физической культуры, психологией физической культуры, гигиеническими основами физкультурно-спортивной деятельности.

Для освоения данной дисциплины студент должен иметь базовую шахматную подготовку и иметь не ниже второго спортивного разряда.

Дисциплина является необходимой как предшествующая для прохождения учебной и производственной практик.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<b>Знать:</b> - основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	2-8		2-10
	<b>Уметь:</b> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;	1-8		1-10
	<b>Владеть:</b>	1-8		1-10

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.</li> </ul>			
<i>ОПК-3</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	<i>1-8</i>		<i>1-10</i>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</li> </ul>	<i>1</i>		<i>1</i>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.</li> </ul>	<i>2-8</i>		<i>2-10</i>
	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы и методы обучения;</li> <li>- медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</li> <li>- требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>	<i>2-8</i>		<i>2-10</i>
<i>ОПК-5</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений;</li> <li>- основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии;</li> <li>- основы спортивной метрологии.</li> </ul>	<i>2-8</i>		<i>2-10</i>
	<p><b>Уметь:</b> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<i>3</i>		<i>2-10</i>
	<p><b>Владеть:</b> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.</p>	<i>3</i>		<i>2-10</i>
<i>ОПК 8</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта;</li> <li>- документы планирования и проведения соревнований;</li> <li>- особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</li> </ul>	<i>1-8</i>		<i>1-10</i>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обязанности организаторов и судей соревнования;</li> <li>- основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.</li> </ul>			
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить соревнования различного уровня;</li> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований;</li> <li>- обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.</li> </ul>	1-8		1-10
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований.</li> </ul>	1-8		1-10
<i>ОПК 11</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы научно-методической деятельности;</li> <li>- апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- методы научного анализа и обработки результатов исследований;</li> <li>- методы формулирования и представления обобщений и выводов.</li> </ul>	5		2-10
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</li> <li>- применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности;</li> <li>- применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.</li> </ul>	5		2-10
	<p><b>Владеть:</b> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>	5		2-10
<i>ПК 8</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки;</li> <li>- медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>	1-8		1-10
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;</li> <li>- соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.</li> </ul>	1-8		1-10
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</li> <li>- современными технологиями тренировки в избранном виде спорта;</li> </ul>	1-8		1-10

	- умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.			
<i>ПК 10</i>	<b>Знать:</b> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	1-8		2-10
	<b>Уметь:</b> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиям определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.	1-8		1-10
	<b>Владеть:</b> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	1-8		2-10
<i>ПК 11</i>	<b>Знать:</b> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах; - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса.	5		2-10
	<b>Уметь:</b> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	5		2-10
	<b>Владеть:</b> - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта; - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования; - навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.	5		2-10



<i>ПК 14</i>	<b>Знать:</b> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	1-8		1-10
	<b>Уметь:</b> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	1-8		1-10
	<b>Владеть:</b> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	1-8		1-10
<i>ПК 15</i>	<b>Знать:</b> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	1-8		1-10
	<b>Уметь:</b> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	1-8		1-10
	<b>Владеть:</b> - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.	1-8		1-10

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 20 зачетных единиц, 720 академических часов.

**очная форма обучения**

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, 720 часов.

##### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практ	СРС	Контроль	
1	Планирование спортивной подготовки шахматиста	1-6	4	40		
2	Специальная подготовка шахматиста: -Теоретическая подготовка -Практическая подготовка -Техническая подготовка	1-6	50	40		
3	Психологическая подготовка шахматиста	1-6	12	40		
4	Интеллектуальная подготовка шахматиста	1-6	8	40		
5	Физическая подготовка шахматиста	1-6	10	40		
6	Медико-биологические, психологические, педагогические средства восстановления шахматистов	1-6	6	40		
7	Медицинский контроль в шахматах	1-6	4	10		
8	Самоконтроль шахматиста	1-6	4	8		
9	Организация и проведение учебно-тренировочных сборов	1-6	4	18		
10	Участие в соревнованиях	1-6	40	143		
11	Судейство соревнований	1-6	32	124		
	Всего ЗЕ=20		240	444	36	экзамены (2,4,6,8)

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практ	СРС	Контроль	
1	Планирование спортивной подготовки шахматиста	1-9	8	50		
2	Специальная подготовка шахматиста: -Теоретическая подготовка -Практическая подготовка -Техническая подготовка	1-9	8	50		
3	Психологическая подготовка шахматиста	1-9	8	50		
4	Интеллектуальная подготовка шахматиста	1-9	8	50		
5	Физическая подготовка шахматиста	1-9	8	50		
6	Медико-биологические, психологические, педагогические средства восстановления шахматистов	1-9	8	50		
7	Медицинский контроль в шахматах	1-9	8	50		
8	Самоконтроль шахматиста	1-9	8	50		
9	Организация и проведение учебно-тренировочных сборов	1-9	8	50		
10	Участие в соревнованиях	1-9	8	50		
11	Судейство соревнований	1-9	10	94		
	Всего ЗЕ=20		100	575	45	4 экзамена (2,4,6,8)

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

Темы рефератов

1. Всесторонне развитие личности как условие успешной спортивной и творческой деятельности шахматиста.
2. Интеллектуальная подготовка шахматиста. Ее общие и специфические средства и методы.
3. Испанская партия. Основные варианты.
4. История возникновения шахматной игры.
5. Комбинационное зрение шахматиста, его значение в счетно-тактической борьбе.
6. М. Ботвинник о специфике тренировки шахматиста.
7. Международные турниры до 1900 г.
8. Методика анализа партии.
9. Методика Л. Полгара по обучению детей 4-8 летнего возраста игре в шахматы.
10. Методы профилактики ошибок шахматистов различной квалификации. Методика А.А. Котова.
11. Морально-волевая подготовка шахматиста.
12. Основные средства тренировки шахматиста и методы их применения.
13. Особенности игры вслепую.
14. Особенности формирования дебютного репертуара шахматиста.
15. Приемы развития техники расчета вариантов.
16. Принципы тактики шахматной игры и их применение в собственных партиях.
17. Профилактика стрессовых состояний у шахматистов различного возраста и пола.
18. Работа шахматиста над своим дебютным репертуаром.
19. Развитие счетных способностей шахматистов.
20. Самоконтроль в системе спортивной подготовки шахматиста.
21. Социальное значение шахмат.
22. Творчество Ф. Филидора.
23. Теоретическая подготовка шахматиста.
24. Физическая подготовка в системе спортивной подготовки шахматиста.
25. Шахматы в 18 веке.
26. Элементы стратегии шахмат и их применение в собственной практике.

5.2. Контрольные вопросы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
1 раздел:

1. Особенности планирования годового учебно-тренировочного цикла шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
2. Оптимальный календарь спортивных соревнований для шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
3. Планирование многолетней подготовки шахматистов.
4. Анализ существующих программ подготовки шахматистов различной спортивной квалификации.

Раздел 2:

1. Особенности теоретической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
2. Дебютная подготовка шахматистов различной спортивной квалификации и стиля игры.
3. Использование баз данных для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
4. Использование компьютерных программ для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
5. Особенности формирования дебютного репертуара шахматиста.
6. Развитие счетных способностей шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
7. Совершенствование тактического мышления шахматистов.
8. Формирование специфических способностей шахматиста – тактическое зрение, позиционное чутье, стратегическое мышление.
9. Методика выбора плана игры и хода в шахматной партии по Романовскому П.А.
10. Игра в эндшпиле, особенности совершенствования техники разыгрывания эндшпиля (для шахматистов различной спортивной квалификации и различных возрастных групп).
11. Использование компьютерных программ и таблиц Налимова для анализа эндшпильных позиций.
12. Методы профилактики ошибок шахматистов различной квалификации. Методика А.А. Котова.
13. Заочные шахматы, особенности использования компьютерных программ и баз данных для подготовки к партиям и анализа позиций.

#### Раздел 3:

1. Общая психологическая подготовка шахматиста.
2. Специальная психологическая подготовка шахматиста.
3. Особенности психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
4. Психологическая подготовка шахматиста по Н.В. Крогиусу.
5. Аутотренинг по Шульцу, ПМТ и ПРТ по Алексееву, прогрессивная мышечная релаксация по Джекобсону в системе психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп.
6. Методы исследования функциональных состояний шахматистов.

#### Раздел 4:

1. Интеллектуальная подготовка в системе спортивной подготовки шахматистов.
2. Особенности интеллектуальной подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
3. Методики развития интеллектуальных функций у шахматистов различного возраста (память, внимание, комбинаторное мышление, оперативное мышление, скорость принятия решений).
4. Особенности игры вслепую.
5. Методы исследования интеллектуальных способностей шахматистов.

#### Раздел 5:

1. Физическая подготовка в системе спортивной подготовки шахматиста.
2. Оптимальная двигательная активность шахматистов различного возраста.
3. Двигательный режим шахматиста в предсоревновательный период.
4. Двигательный режим шахматиста в соревновательный период.
5. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с шахматистами различного возраста.
6. Структура физкультурно-оздоровительного занятия.
7. Профилактическая роль физических упражнений в соревновательный период.

8. Тесты физической подготовленности шахматистов различного возраста.
9. Шахматы в системе рекреационной и адаптивной физической культуры.

Раздел 6:

1. Медико-биологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
2. Педагогические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
3. Психологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
4. Методы диагностики и коррекции функционального состояния спортсмена (с учетом возраста и пола).

Раздел 7:

1. Необходимость медицинского контроля функционального состояния шахматистов.
2. Причины возникновения стрессовых состояний.
3. Профилактика стрессовых состояний у шахматистов различного возраста и пола.
4. Влияние шахматного спорта на организм занимающихся.
5. Методы повышения адаптационных возможностей шахматистов различного возраста и пола.

Раздел 8:

1. Самоконтроль в системе спортивной подготовки шахматиста.
2. Дневник самоконтроля шахматиста.
3. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики психовегетативной активности шахматистов.
4. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики когнитивных показателей шахматистов.
5. Диагностическая программа «Крис» В.Г. Сивицкого - особенности использования шахматистом в целях самоконтроля функционального состояния.

Раздел 9:

1. Особенности организации и проведения учебно-тренировочных сборов в шахматном спорте.
2. Учебно-тренировочные сборы в системе спортивной подготовки шахматистов различной квалификации, возраста и пола.
3. Оптимальный режим дня шахматиста на учебно-тренировочных сборах.
4. Научное сопровождение учебно-тренировочных сборов.

Раздел 10:

1. Особенности подготовки к соревнованиям шахматистов различного возраста и спортивной квалификации.
2. Особенности анализа выступлений шахматистов различного возраста, пола и спортивной квалификации в соревнованиях.
3. Особенности подготовки к конкретному сопернику (примеры из собственной практики).
4. Особенности подготовки к неудобному сопернику (примеры из собственной практики).

Раздел 11:

1. Подготовка документации для проведения соревнований по круговой и швейцарской системе.
2. Разработка положения о соревнованиях (квалификационных, первенств, чемпионатов)
3. Правила жеребьевки на соревнованиях по круговой и швейцарской системам.
4. Новые положения Правил шахмат ФИДЕ.

### **5.3. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).**

#### **5.3.1. Вопросы к экзамену**

##### **Вопросы к экзамену 1 курс**

1. Провести анализ существующих программ подготовки начинающих шахматистов.
2. Аутотренинг по Шульцу в системе психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп.
3. Влияние шахматного спорта на организм занимающихся.
4. Двигательный режим шахматиста в предсоревновательный период.
5. Двигательный режим шахматиста в соревновательный период.
6. Дебютная подготовка шахматистов различной спортивной квалификации и стиля игры.
7. Диагностическая программа «Крис» В.Г. Сивицкого - особенности использования шахматистом в целях самоконтроля функционального состояния.
8. Дневник самоконтроля шахматиста.
9. Заочные шахматы, особенности использования компьютерных программ и баз данных для подготовки к партиям и анализа позиций.
10. Игра в эндшпиль, особенности совершенствования техники разыгрывания эндшпиля (для шахматистов различной спортивной квалификации и различных возрастных групп).
11. Интеллектуальная подготовка в системе спортивной подготовки шахматистов.
12. Использование баз данных для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
13. ПМТ и ПРТ по Алексееву, прогрессивная мышечная релаксация по Джекобсону в системе психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп.
14. Использование компьютерных программ для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
15. Использование компьютерных программ и таблиц Налимова для анализа эндшпильных позиций.
16. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики психовегетативной активности шахматистов.
17. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики когнитивных показателей шахматистов.
18. Медико-биологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
19. Методика выбора плана игры и хода в шахматной партии по Романовскому П.А.
20. Методики развития интеллектуальных функций у шахматистов различного возраста (память, внимание, комбинаторное мышление, оперативное мышление, скорость принятия решений).
21. Методы диагностики и коррекции функционального состояния спортсмена (с учетом возраста и пола).
22. Методы исследования интеллектуальных способностей шахматистов.
23. Методы исследования функциональных состояний шахматистов.
24. Методы повышения адаптационных возможностей шахматистов различного возраста и пола.
25. Методы профилактики ошибок шахматистов различной квалификации. Методика А.А. Котова.
26. Научное сопровождение учебно-тренировочных сборов.
27. Необходимость медицинского контроля функционального состояния шахматистов.

28. Новые положения Правил шахмат ФИДЕ.
29. Общая психологическая подготовка шахматиста.
30. Оптимальная двигательная активность шахматистов различного возраста.

## **Вопросы к экзамену 2 курс**

31. Оптимальный календарь спортивных соревнований для шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
32. Оптимальный режим дня шахматиста на учебно-тренировочных сборах.
33. Особенности анализа выступлений шахматистов различного возраста, пола и спортивной квалификации в соревнованиях.
34. Особенности игры вслепую.
35. Особенности интеллектуальной подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
36. Особенности организации и проведения учебно-тренировочных сборов в шахматном спорте.
37. Особенности планирования годичного учебно-тренировочного цикла шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
38. Особенности подготовки к конкретному сопернику (примеры из собственной практики).
39. Особенности подготовки к неудобному сопернику (примеры из собственной практики).
40. Особенности подготовки к соревнованиям шахматистов различного возраста и спортивной квалификации.
41. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с шахматистами различного возраста.
42. Особенности психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
43. Особенности теоретической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
44. Особенности формирования дебютного репертуара шахматиста.
45. Педагогические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
46. Планирование многолетней подготовки шахматистов.
47. Подготовка документации для проведения соревнований по круговой и швейцарской системе.
48. Правила жеребьевки на соревнованиях по круговой и швейцарской системам.
49. Причины возникновения стрессовых состояний.
50. Профилактика стрессовых состояний у шахматистов различного возраста и пола.
51. Профилактическая роль физических упражнений в соревновательный период.
52. Психологическая подготовка шахматиста по Н.В. Крогиусу.
53. Психологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
54. Развитие счетных способностей шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
55. Разработка положения о соревнованиях (квалификационных, первенств, чемпионатов)
56. Самоконтроль в системе спортивной подготовки шахматиста.
57. Совершенствование тактического мышления шахматистов.
58. Специальная психологическая подготовка шахматиста.
59. Структура физкультурно-оздоровительного занятия.



## Вопросы к экзамену 3 курс

1. Тесты физической подготовленности шахматистов различного возраста.
2. Учебно-тренировочные сборы в системе спортивной подготовки шахматистов различной квалификации, возраста и пола.
3. Физическая подготовка в системе спортивной подготовки шахматиста.
4. Формирование специфических способностей шахматиста – тактическое зрение, позиционное чутье, стратегическое мышление.
5. Шахматы в системе рекреационной и адаптивной физической культуры.
  
6. Вклад А.Нимцовича в развитие концепций шахматной игры.
7. Вклад первого чемпиона мира В.Стейница в развитие стратегии шахматной игры.
8. Воспитательная функция деятельности тренера по шахматам.
9. Двигательный режим шахматиста в предсоревновательный период.
10. Двигательный режим шахматиста в соревновательный период.
11. Дебютная подготовка шахматистов различной спортивной квалификации и стиля игры.
12. Диагностическая программа «Крис» В.Г. Сивицкого - особенности использования шахматистом в целях самоконтроля функционального состояния.
13. Дневник самоконтроля шахматиста.
14. Заочные шахматы, особенности использования компьютерных программ и баз данных для подготовки к партиям и анализа позиций.
15. Игра в эндшпиле, особенности совершенствования техники разыгрывания эндшпиля (для шахматистов различной спортивной квалификации и различных возрастных групп).
16. Интеллектуальная подготовка в системе спортивной подготовки шахматистов.
17. Использование баз данных для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
18. Использование компьютерных программ для совершенствования дебютной подготовки шахматистов.
19. Использование компьютерных программ и таблиц Налимова для анализа эндшпильных позиций.
20. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики психовегетативной активности шахматистов.
21. Использование психологических компьютерных методик для исследования динамики когнитивных показателей шахматистов.
22. Комплекс диагностических методик как средство совершенствования профессионально-педагогической подготовки тренеров по шахматам.
23. Медико-биологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
24. Методика выбора плана игры и хода в шахматной партии по Романовскому П.А.
25. Методика подготовки к конкретным противникам.
26. Методика подготовки шахматистов высокого класса по А.Котову.
27. Методика совершенствования дебютной подготовки шахматистов высокой квалификации.
28. Методика совершенствования теоретической подготовки шахматиста.
29. Методика формирования навыков психологической и физической подготовки шахматиста.

30. Методики развития интеллектуальных функций у шахматистов различного возраста (память, внимание, комбинаторное мышление, оперативное мышление, скорость принятия решений).
31. Методы диагностики и коррекции функционального состояния спортсмена (с учетом возраста и пола).
32. Методы исследования интеллектуальных способностей шахматистов.
33. Методы исследования функциональных состояний шахматистов.
34. Методы повышения адаптационных возможностей шахматистов различного возраста и пола.
35. Методы профилактики ошибок шахматистов различной квалификации. Методика А.А. Котова.

#### **Вопросы к экзамену 4 курс**

1. Методы совершенствования техники расчета вариантов в игре шахматистов высокой квалификации.
2. Научное сопровождение учебно-тренировочных сборов.
3. Новые положения Правил шахмат ФИДЕ.
4. Особенности общей психологической подготовки шахматистов.
5. Организаторская функция деятельности тренера по шахматам.
6. Особенности анализа выступлений шахматистов различного возраста, пола и спортивной квалификации в соревнованиях.
7. Особенности интеллектуальной подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
8. Особенности организации и проведения учебно-тренировочных сборов в шахматном спорте.
9. Особенности планирования годичного учебно-тренировочного цикла шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
10. Особенности подготовки к конкретному сопернику (примеры из собственной практики).
11. Особенности подготовки к неудобному сопернику (примеры из собственной практики).
12. Особенности подготовки к соревнованиям шахматистов различного возраста и спортивной квалификации.
13. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с шахматистами различного возраста.
14. Особенности психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
15. Особенности теоретической подготовки шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
16. Особенности формирования дебютного репертуара шахматиста.
17. Планирование многолетней подготовки шахматистов.
18. ПМТ и ПРТ по Алексееву, прогрессивная мышечная релаксация по Джекобсону в системе психологической подготовки шахматистов различных возрастных групп.
19. Подготовка документации для проведения соревнований по круговой и швейцарской системе.
20. Подготовка к соревнованиям на высшем уровне шахматистов с помощью компьютерных шахматных программ.
21. Правила жеребьевки на соревнованиях по круговой и швейцарской системам.
22. Причины возникновения стрессовых состояний.
23. Провести анализ существующих программ подготовки начинающих шахматистов.
24. Профилактика стрессовых состояний у шахматистов различного возраста и пола.

25. Профилактическая роль физических упражнений в соревновательный период.
26. Психологическая подготовка шахматиста по Н.В. Крогиусу.
27. Психологические средства восстановления шахматистов различных возрастных групп.
28. Развитие счетных способностей шахматистов различных возрастных групп и уровня спортивной квалификации.
29. Разработка основных документов по подготовке и проведению шахматных турниров по «швейцарской системе».
30. Разработка положения о соревнованиях (квалификационных, первенств, чемпионатов)
31. Решения Конгрессов ФИДЕ 2006-2010г.г. по присвоению международных званий.
32. Самоконтроль в системе спортивной подготовки шахматиста.
33. Система подготовки к соревнованиям М.Ботвинника.
34. Система теоретической подготовки к матчам на звание чемпиона мира А.Алехина.
35. Соблюдение режима тренировки и отдыха в подготовке шахматистов к соревнованиям.
36. Совершенствование тактического мышления шахматистов.
37. Совершенствования позиционного чутья по Б.Злотнику.
38. Содержание и структура деятельности тренера по шахматам.
39. Специальная психологическая подготовка шахматиста.
40. Структура физкультурно-оздоровительного занятия.
41. Творческие итоги матча за звание чемпиона мира В.Ананд- Б.Гельфанд.
42. Физическая подготовка в системе спортивной подготовки шахматиста.
43. Формирование специфических способностей шахматиста – комбинационное зрение, позиционное чутье, стратегическое мышление.
44. Шахматы в системе рекреационной и адаптивной физической культуры.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) основная литература:**

1. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2010.- 352 с.
2. Педагогика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. Учеб.-метод. объединением по образованию / под ред. С.Д. Неверковича. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2014. - 362 с.: ил.
3. Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте / Г.И. Попов. - М.: Academia, 2015. - 189 с.
4. Спортивная психология : учебник для академического бакалавриата/ под общ. ред. В.А. Родионова, А.В. Родионова, В.Г. Сивицкого. – М.: Издательство Юрайт, 2014. – 367 с.

### **б) дополнительная литература:**

1. Зыонг, Т.Б. Совершенствование спортивного мастерства шахматистов средних и старших разрядов с использованием компьютерных шахматных программ : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Зыонг Тхань Бинь; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2013. - 185 с.: ил.
2. Нго, Х.Б. Совершенствование аналитических способностей шахматистов высшей квалификации в подготовительном периоде тренировочного процесса [Электронный ресурс]

- : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Нго Хыу Биен; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 189 с.: ил.
3. Алаторцев В.А. О некоторых вопросах общей теории шахмат: (К пониманию основ современной стратегии) : дис. ... канд. пед. наук / Алаторцев В.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1956. - 339 с.
  4. Алексеев Н.Г. Проблемы отбора перспективных юных шахматистов : учеб. пособие для студентов и слушателей ВШТ ГЦОЛИФКа / Н.Г. Алексеев, Б.А. Злотник, Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1984. - 84 с.
  5. Артамонов В.А. Шахматы: Организация и судейство / Артамонов В.А., Дубов Э.Л. - М., 1998. - 411 с.: табл.
  6. Бологан В.А. Структура специальной подготовленности шахматистов высокой квалификации : дис. ... канд. пед. наук / Бологан В.А.; РГАФК. - М., 1996. - 152 с.
  7. Злотник Б.А. Комплекс диагностических методик как средство совершенствования профессионально-педагогической подготовки тренеров по шахматам : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Злотник Борис Анатольевич; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 221 с.
  8. Козлова О.В. Влияние различных предстартовых состояний шахматиста на спортивный результат : дис. ... канд. пед. наук / Козлова О.В.; РГАФК. - М., 2000. - 114 с.: ил.
  9. Крейнин О.В. Методика использования информационно-поисковых и учебно-тренировочных шахматных программ для подготовки шахматистов : дис. ... магистра физ. культуры / Крейнин О.В.; РГАФК. - М., 1999. - 65 с.: табл.
  10. Михайлова И.В. Подготовка юных высококвалифицированных шахматистов с помощью компьютерных шахматных программ и "интернет" : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Михайлова Ирина Витальевна; РГУФК. - М., 2005. - 209 с.: ил.
  11. Пануш, В.Г. Шахматы как вспомогательное средство развития психомоторных способностей детей с последствиями церебрального паралича : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Пануш Виктор Григорьевич; РГАФК. - М., 2001. - 30 с.: табл.
  12. Парамонова Т.Ю. Психологический анализ стратегического планирования в игре шахматистов [Электронный ресурс] : дис. ... канд. психолог. наук : 19.00.13 / Парамонова Татьяна Юрьевна; РГАФК. - М., 1999. - 117 с.
  13. Программа подготовки шахматистов-разрядников : 1 разряд - КМС. - М.: [Russian chess house], 2004. - 276 с.: ил.
  14. Шахматы как предмет обучения и вид соревновательной деятельности : учеб. пособие для ВШТ ГЦОЛИФКа / Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М.: Беспл., 1986. - 74 с.
- Таль М. Компоненты успеха / Михаил Таль, Яков Дамский. - М.: Рипол классик, 2005. - 511 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- <http://fide.com> – официальный сайт ФИДЕ
- [www.chess-events.ru](http://www.chess-events.ru) – информационный шахматный сайт
- <http://www.chesspro.ru> – информационный шахматный сайт
- <http://www.iccf.com> – официальный сайт международной федерации заочных шахмат

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Шахматная программа «Chess Assistant -14,0» (база данных шахматных партий)
- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

д) современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

***Отечественные базы данных:***

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

***Зарубежные базы данных:***

- «Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия). (349 ауд. МБК)
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных<sup>1</sup> и (или) групповых<sup>2</sup> консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской (326 ауд. МБК)

---

<sup>1</sup> Указываются при наличии индивидуальных консультаций в учебной нагрузке по дисциплине (модулю), в том числе при руководстве курсовыми работами

<sup>2</sup> Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование для обучающихся ИСиФВ 1 курса направления подготовки 49.03.01 Физическая культура профилю «Спортивная подготовка» очной формы обучения*

### II. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### 1-й курс

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Письменная работа по разделу «Теория дебюта, стратегия и тактика середины игры, техника эндшпиля»	7	5
2.	Написание реферата	14	5
3.	Письменная работа по теме «Особенности обучения начинающих шахматистов»	30	5
4.	Написание реферата	32	10
5.	Тестирование счетных способностей	35	5
6.	Участие в судействе соревнований	В течение семестра	10
7.	Участие в соревнованиях	В течение семестра	10
8.	Участие в мастер-классах и показательных уроках в школах и детских садах	В течение семестра	10
9.	Посещение занятий:	В течение семестра	10
10.	Экзамен		30
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

## 2-й курс

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Письменная работа по разделу «Планирование спортивной подготовки шахматистов (ГСС)»	6	5
2.	Контрольная работа по разделу «Специальная подготовка шахматиста (ГСС)»	12	5
3.	Выступление с докладами: а) по теме « Психологическая подготовка шахматиста (ГСС)»; б) по теме «Интеллектуальная подготовка шахматиста (ГСС)»	14	5
4.	Презентация по разделу «Исследовательская работа в шахматах»	16	5
5.	Комплексное тестирование №1-10 (техника эндшпиля, совершенствование счетно тактического мастерства)	6-12	5
6.	Конспект занятия по ФП шахматистов (ГСС)	24	5
7.	Презентация по разделу « Психологическая подготовка шахматиста (ГСС)»	29	5
8.	Выступление с докладами: а) по теме «Психолого-педагогический контроль в шахматах»; б) по теме «Самоконтроль шахматиста в процессе соревнований»	34	10
9.	Участие в соревнованиях	В течение семестра	10
10.	Комплексное тестирование №11-20 (техника эндшпиля, совершенствование счетно-тактического мастерства)	в течение семестра	5
11.	Посещение занятий	В течение семестра	10
12.	Экзамен		30
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

### 3-й курс

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Письменная работа по разделу «Планирование спортивной подготовки шахматистов (ГСС)»	7	5
2.	Контрольная работа по разделу «Специальная подготовка шахматиста (ГСС)»	12	5
3.	Выступление с докладами: а) по теме « Психологическая подготовка шахматиста (ГСС)»; б) по теме «Интеллектуальная подготовка шахматиста (ГСС)»	15	5
4.	Презентация по разделу «Исследовательская работа в шахматах»	16	5
5.	Комплексное тестирование №1-10 (техника эндшпиля, совершенствование счетно тактического мастерства)	6-12	5
6.	Конспект занятия по ФП шахматистов (ГСС)	24	5
7.	Презентация по разделу « Психологическая подготовка шахматиста (ГСС)»	30	5
8.	Выступление с докладами: а) по теме «Психолого-педагогический контроль в шахматах»; б) по теме «Самоконтроль шахматиста в процессе соревнований»	34	5
9.	Участие в соревнованиях	В течение семестра	10
10.	Комплексное тестирование №11-20 (техника эндшпиля, совершенствование счетно-тактического мастерства)	в течение семестра	10
11.	Посещение занятий	В течение семестра	10
12.	Экзамен		30
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>



## 4 курс

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Письменная работа по разделу «Планирование спортивной подготовки шахматистов (ВСМ)»	7	5
2.	Контрольная работа по разделу «Специальная подготовка шахматиста (ВСМ)»	12	5
3.	Выступление с докладами: а) по теме « Психологическая подготовка шахматиста (ВСМ)»; б) по теме «Интеллектуальная подготовка шахматиста (ВСМ)»	15	10
4.	Презентация по теме ВКР	16	5
5.	Комплексное тестирование №1-10 (техника эндшпиля, совершенствование счетно-тактического мастерства)	6-16	5
6.	Конспект занятия по ФП шахматистов (ВСМ)	25	5
7.	Презентация по разделу « Психологическая подготовка шахматиста (ВСМ)»	26	5
8.	Выступление с докладами: а) по теме ВКР (теоретический раздел) б) по экспериментальной работе (ВКР)	34	10
9.	Участие в соревнованиях	В течение семестра	5
10.	Комплексное тестирование №11-20 (техника эндшпиля, совершенствование счетно-тактического мастерства)	в течение семестра	5
11.	Посещение занятий	В течение семестра	10
12.	Экзамен		30
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт** Спорта и физического воспитания

**Кафедра** ТиМ ИИ и ИВС

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Спортивно-педагогическое совершенствование»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка  
(наименование)  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*  
Год набора 2015г.

Москва – 2017г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1-8.
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** целью освоения дисциплины спортивно-педагогическое совершенствование является совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовленности студентов, необходимых для их будущей профессиональной деятельности. Дисциплина является органичным продолжением основных разделов теории и методики шахмат.
4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	Знать: Возрастные особенности занимающихся, положения дидактики и теории и методики физической культуры, требования образовательных стандартов	2-8		2-10
	Уметь: Проводить учебные занятия по избранному виду спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	1-8		1-10
	Владеть: Теорией и методикой физической культуры и избранного вида спорта	1-8		1-10
ОПК-3	Знать: Теорию и методику спортивной подготовки в ИВС	1-8		1-10
	Знать: <i>Федеральный стандарт спортивной подготовки в ИВС</i>	1		1
	Уметь: <i>учитывать возрастные и индивидуальные особенности занимающихся в учебно-тренировочном процессе</i>	2-8		2-10
	Владеть: <i>Методиками обучения и спортивного совершенствования в ИВС с учетом возрастных, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности</i>	2-8		2-10
ОПК-5	Знать: Методики оценки физических способностей и функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений	2-8		2-10
	Уметь: <i>использовать методики оценки в тренировочном процессе</i>	3		2-10

	<i>Владеть: методами интерпретации показателей функционального состояния спортсменов</i>	3		2-10
ОПК 8	<i>Знать: Правила проведения и судейства соревнований в ИВС</i>	1-8		1-10
	<i>Уметь: организовывать соревнования по шахматам и осуществлять судейство</i>	1-8		1-10
	<i>Владеть: навыками судейства соревнований по круговой, олимпийской, швейцарской системам</i>	1-8		1-10
ОПК 11	<i>Знать: Основные направления научной работы в ИВС, апробированные методики исследования</i>	5		2-10
	<i>Уметь: планировать экспериментальные исследования в ИВС с использованием апробированных методик</i>	5		2-10
	<i>Владеть: навыками обобщения и интерпретации полученных экспериментальных данных и представлением их в форме научных статей и докладов</i>	5		2-10
ПК 8	<i>Знать: истоки и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта</i>	1-8		1-10
	<i>Уметь: использовать знания медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки в ИВС при совершенствовании учебно-тренировочного процесса с различным контингентом занимающихся</i>	1-8		1-10
	<i>Владеть: современными научно-обоснованными методиками спортивной подготовки занимающихся</i>	1-8		1-10
ПК 10	<i>Знать: систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся Теорию и методику спортивного отбора (в т.ч. в ИВС), модельные характеристики спортсменов, методы и методики спортивного отбора.</i>	1-8		2-10
	<i>Уметь: определять физические, психические особенности занимающихся ИВС</i>	1-8		1-10
	<i>Владеть: методами и методиками исследования индивидуально-психологических особенностей занимающихся в целях спортивного отбора и ориентации</i>	1-8		2-10
ПК 11	<i>Знать: перспективное, оперативное планирование в ИВС, программы занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i>	5		2-10
	<i>Уметь: осуществлять перспективное, оперативное планирование тренировочного процесса, разрабатывать программы и конспекты тренировочных занятий</i>	5		2-10
ПК 14	<i>Знать: теорию и методику ИВС</i>	1-8		1-10
	<i>Уметь: самосовершенствоваться в ИВС</i>	1-8		1-10
	<i>Владеть: методикой самосовершенствования в ИВС</i>	1-8		1-10
ПК 15	<i>Знать: методы самоконтроля спортсмена в ИВС</i>	1-8		1-10
	<i>Уметь: оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать</i>	1-8		1-10

	<i>спортивную форму</i>			
	<i>Владеть: методами самооценки процесса и результатов спортивной деятельности</i>	<i>1-8</i>		<i>1-10</i>

### 5.Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практ	СРС	Контроль	
1	Планирование спортивной подготовки шахматиста	1-6	4	40		
2	Специальная подготовка шахматиста: -Теоретическая подготовка -Практическая подготовка -Техническая подготовка	1-6	50	40		
3	Психологическая подготовка шахматиста	1-6	12	40		
4	Интеллектуальная подготовка шахматиста	1-6	8	40		
5	Физическая подготовка шахматиста	1-6	10	40		
6	Медико-биологические, психологические, педагогические средства восстановления шахматистов	1-6	6	40		
7	Медицинский контроль в шахматах	1-6	4	10		
8	Самоконтроль шахматиста	1-6	4	8		
9	Организация и проведение учебно-тренировочных сборов	1-6	4	18		
10	Участие в	1-6	40	143		

	соревнованиях	6				
11	Судейство соревнований	1-6	32	124		
	Всего ЗЕ=20		240	444	36	экзамены (2,4,6,8)

### 5.Краткое содержание дисциплины (модуля): заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Практ	СРС	Контроль	
1	Планирование спортивной подготовки шахматиста	1-9	8	50		
2	Специальная подготовка шахматиста: -Теоретическая подготовка -Практическая подготовка -Техническая подготовка	1-9	8	50		
3	Психологическая подготовка шахматиста	1-9	8	50		
4	Интеллектуальная подготовка шахматиста	1-9	8	50		
5	Физическая подготовка шахматиста	1-9	8	50		
6	Медико-биологические, психологические, педагогические средства восстановления шахматистов	1-9	8	50		
7	Медицинский контроль в шахматах	1-9	8	50		
8	Самоконтроль шахматиста	1-9	8	50		
9	Организация и проведение учебно-тренировочных сборов	1-9	8	50		

10	Участие соревнованиях	в	1- 9	8	50		
11	Судейство соревнований		1- 9	10	94		
	Всего ЗЕ=20			100	575	45	4 экзамена (2,4,6,8)