

26. Упражнения, выполняемые на гимнастической стенке, с гимнастической палкой и др.

27. Планирование и организация обучения.

28. Факторы, определяющие программу обучения гольфу: задачи, стоящие перед курсом обучения, продолжительность курса, контингент занимающихся, подготовленность, возраст, условия для занятий.

29. Характеристика программы обучения гольфу, планирование и организация занятий гольфом.

30. График распределения учебного материала для учебных групп.

31. Урок гольфа как основная форма занятий по обучению, особенности его организации и проведения.

32. Требования, предъявляемые к организации корпоративных дней.

33. Клиника по гольфу как наиболее распространенный метод массового обучения.

34. Организация и проведение клиники по гольфу с учетом места проведения, возможностей материально-технической базы, контингента и количества участников.

35. Содержание и последовательность проведения клиники по гольфу: рассказ, объяснение, показ, обучение, турнир.

36. Распределение обязанностей во время проведения клиники. Методы обучения.

37. Их специфика и назначение при обучении гольфу

38. Игровой метод обучения.

39. Использование различных предметов в процессе обучения.

40. Основные виды массовых спортивных соревнований по гольфу, методы и формы их организации и проведения.

41. Привлечение тренеров-общественников к работе в школьных секциях.

42. Проведение семинаров с тренерами-общественниками.

43. Последовательность разучивания различных технических действий.

44. Организация и проведение текущего и итогового тестирования
45. Поддержание и сохранение навыков, умений, достигнутых результатов.
46. Оздоровительно-реабилитационные аспекты методики использования средств гольфа.
47. Методические особенности гольфа как фактора здорового отдыха и развлечения.
48. Особенности применения соревновательного и игрового методов в гольфе. Общие основы обучения и воспитания.
49. Обучение и тренировка – единый учебно-воспитательный процесс.
50. Мероприятия по предупреждению травм и несчастных случаев на занятиях по гольфу.

➤ Темы курсовых работ студентов III курса

1. Особенности проведения занятий гольфом с различным контингентом.
 2. Методика занятий гольфом с детьми дошкольного возраста.
 3. Особенности занятия гольфом с детьми школьного возраста.
 4. Методика занятий гольфом с людьми зрелого и старшего возраста.
- Организация и проведение корпоративных дней.
5. Содержание тренировки гольфистов различных квалификаций и контингента.
 6. Физическая подготовка гольфистов.
 7. Техническая подготовка гольфистов.
 8. Тактическая подготовка гольфистов.
 9. Психическая подготовка гольфистов.
 10. Зарождение и развитие гольфа в России.
 11. Сравнительный анализ высших спортивных достижений гольфистов разных стран.
 12. Гольф – эффективное средство оздоровления человека.
 13. Кинематическая структура полного свинга.

14. Перспективы совершенствования технического мастерства в гольфе.
15. Кинематические характеристики современной техники патта.
16. Динамические параметры удара драйвером.
17. Динамика кинематических и динамических показателей техники в нестандартных ситуациях.
18. Современные методические приемы обучения технике базового свинга.
19. Совершенствование технического мастерства в зимний период подготовки.
20. Эффективность использования различных тренажеров в технической подготовке гольфистов.
21. Специфика реализации закономерностей построения спортивной тренировки в гольфе.
22. Взаимосвязь педагогических и биологических основ тренировки гольфиста.
23. Функционально-двигательное обоснование классификации упражнений, используемых в подготовке гольфиста.
24. Проблемы нормирования тренировочной нагрузки в гольфе.
25. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в гольфе.



➤ **Контрольные вопросы и практические задания**

➤ **для проведения текущего контроля знаний студентов III курса**

1. Методика занятия с детьми дошкольного возраста.
2. Анатомо-физиологические и психологические особенности детей дошкольного возраста и их учет в педагогическом процессе обучения гольфу.
3. Особенности проведения занятий по гольфу со школьниками разного возраста, структура и содержание занятия, требования к подбору средств и методов.
4. Анатомо-физиологические и психологические особенности детей школьного возраста и их учет в педагогическом процессе обучения гольфу.

- 5.Методика занятий гольфом с людьми зрелого и старшего возраста.
- 6.Морфологические, физиологические и психологические особенности людей старшего возраста.
- 7.Цели и задачи применения средств гольфа в физическом воспитании людей зрелого и старшего возраста.
- 8.Взаимосвязь кинематических, динамических и функциональных показателей техники гольфиста.
- 9.Расчетно-графический анализ техники гольфиста.
- 10.Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по гольфу.
- 11.Овладение современной технологией тестирования характеристик инвентаря.
- 12.Основные закономерности построения спортивной тренировки.
- 13.Единство педагогических и биологических основ содержания тренировки, их органическая взаимосвязь.
- 14.Признаки систематизации упражнений, используемых в подготовке гольфиста.
- 15.Классификационные группы упражнений: основные, специально-подготовительные, общеподготовительные.
- 16.Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на избранное развитие физических качеств.
- 17.Овладение навыками подбора комплексов упражнений заданного назначения.
- 18.Характеристика методов тренировки, их преимущественная направленность воздействий на организм.
- 19.Специфика проведения различных методов тренировки.
- 20.Классификация нагрузки по специализированности, направленности, величине.
- 21.Расчет показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» стороны физической нагрузки гольфиста.

22.Овладение методикой анализа тренировочной нагрузки по пульсограммам, распределением нагрузки по зонам интенсивности.

23.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.

24.Факторы и условия, определяющие тренировочный эффект физической нагрузки.

25.Оперативный, текущий и этапный виды контроля за состоянием гольфиста.

26.Методика тестирующих процедур, используемых в различных видах контроля.

27.Назначение и содержание спортивного дневника как основы учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов.

28.Основные направления творческой реализации дневниковых материалов.

29.Структура годичного тренировочного цикла в гольфе.

30.Основные направления прикладных научных исследований в гольфе.

31.Традиционная схема курсовой работы, требования к содержанию каждого раздела.

32.Последовательность выполнения курсовой работы, подготовка к апробации и защите.



➤ **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации**

➤ **студентов III курса**

1.Критерии технического мастерства: кинематические, динамические, функциональные.

2.Техническое мастерство как достижение наибольшего соответствия между двигательным потенциалом гольфиста и эффективностью его использования.

3.Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.

4. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
5. Биологическая сущность тренировки.
6. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.
7. Формирование спортсмена как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.
8. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.
9. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке гольфистов.
10. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений гольфиста.
11. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
12. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
13. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
14. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.
15. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
16. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
17. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.
18. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.
19. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
20. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.

21.Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.

22.Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.

23.Факторы и условия, определяющие срочный тренировочный эффект одного занятия.

24.Состояние организма после нескольких занятий как проявление отставленного тренировочного эффекта.

25.Кумулятивный тренировочный эффект – это реакция организма на относительно законченный блок тренировочных занятий.

26.Виды контроля за состоянием гольфиста.

27.Оперативный контроль как проявление срочного тренировочного эффекта.

28.Задачи текущего контроля за состоянием гольфиста.

29.Этапный контроль за процессами долговременной адаптации организма.

30.Педагогические методы контроля.

31.Медико-биологические методы контроля за функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья гольфиста.

32.Психологические методы контроля за формированием личности спортсмена.

33.Лабораторные методы контроля за подготовленностью гольфиста.

34.Назначение и содержание спортивного дневника у гольфистов разной квалификации.

35.Методика анализа материалов спортивного дневника.

36.Использование данных учета и контроля выполненной тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов в планировании дальнейшей подготовки.

37.Реализация материалов самоконтроля как проявление срочного тренировочного эффекта и оперативного контроля за состоянием гольфиста.

38.Структура годичного тренировочного цикла в гольфе.

39.Продолжительность подготовительного, соревновательного и переходного периодов у гольфистов разной квалификации.

40.Задачи, средства и методы общеподготовительного и специально-подготовительного этапов подготовительного периода тренировки.

41.Задачи, средства и методы соревновательного периода тренировки.

42.Характеристика переходного периода тренировки гольфистов.

43.Основные задачи и направления работы с гольфистами.

44.Примерные показатели физической нагрузки в годичном цикле подготовки для начинающих гольфистов.

45.Планирование тренировки начинающего гольфиста.

46.Отличительные признаки фундаментальной и прикладной науки.

47.Зарождение и развитие прикладных научных исследований в гольфе.

48.Основные направления научных исследований в гольфе.

49.Последовательность выполнения научно-исследовательских работ.

50.Педагогические, биомеханические, биохимические, физиологические, психологические, математические методы исследования в гольфе.

51.Физическая культура, спорт и научно-технический прогресс.

52.Общее состояние научных исследований по физической культуре и спорту.

53.Структура и содержание средних циклов (мезоциклов) тренировки квалифицированного гольфиста.

54.Типы мезоциклов и их основная направленность.

55.Структура и содержание микроциклов тренировки квалифицированного гольфиста.

56.Динамика величины и направленность нагрузок в микроциклах различной направленности.

57.Физическая подготовка гольфистов.

58. Значение физической подготовки для достижения высокого результата в игре в гольф.

59. Воспитание выносливости.

60. Выносливость гольфиста.

➤ 61. Виды выносливости с педагогической и биологической точек зрения.

➤ 62. Факторы, определяющие уровень проявления выносливости.

➤ 63. Измерение и оценка выносливости.

➤ 64. Медико-биологические основы проявления выносливости.

➤ 65. Критерии мощности, емкости и эффективности энергетических процессов. 66. Особенности развития различных видов выносливости в гольфе.

➤ 67. Методика развития отдельных видов силовых способностей: собственно-силовые способности (максимальная сила), взрывная сила, скоростно-силовые способности и силовая выносливость.

➤ 68. Средства, методы, контрольные упражнения, планирование в макроцикле подготовки.

➤ 69. Особенности развития различных видов силовых способностей в гольфе.

➤ 70. Подвижность в суставах и гибкость гольфиста.

➤ 71. Пассивная и активная гибкость гольфиста. Факторы, определяющие уровень подвижности в суставах.

➤ 72. Контроль над уровнем подвижности в суставах и гибкости гольфистов.

➤ 73. Подготовка к занятию инвентаря, места проведения занятий.

➤ 74. Требования к размерам площадок для тренировки, ограждению, разметке.

➤ 75. Расположение игроков на драйвинг-рейндже. Правила поведения занимающихся.

➤ 76. Профилактика травматизма на занятиях.

➤77. Особенности оказания первой помощи при повреждении позвоночника, потери сознания.

➤78. Система спортивной подготовки квалифицированных гольфистов, ее компоненты, их взаимосвязь.

➤79. Цель и основные задачи спортивной подготовки: факторы, определяющие ее успешность.

➤80. Техническая подготовка гольфистов.

➤81. Спортивно-техническая подготовленность квалифицированного гольфиста.

➤82. Основные компоненты рациональной спортивной техники и технической подготовленности.

➤83. Тактическая подготовка гольфистов. Тактическая подготовленность, ее характеристика и оценка.

➤84. Характеристика соревновательной деятельности гольфиста.

➤85. Контроль и моделирование соревновательной деятельности.

➤86. Учет уровня технико-технической подготовленности гольфиста в процессе моделирования и практического освоения модели соревновательной деятельности.

➤87. Физическая нагрузка и ее тренировочный эффект.

➤88. Классификация тренировочных нагрузок по их преимущественному воздействию на различные механизмы энергообеспечения и пластического обмена, биологические и педагогические критерии различных зон нагрузки.

➤89. Построение тренировочного процесса квалифицированного гольфиста (прогнозирование и моделирование спортивного результата, соревновательной деятельности, состояния подготовленности, тренировочных программ).

➤90. Структура тренировочного процесса квалифицированного гольфиста в годичном цикле подготовки.

➤91. Макроцикл как ключевая структурная единица годового цикла, содержание макроцикла.

➤92. Направленность тренировочных воздействий в отдельных блоках типового макроцикла тренировки квалифицированного гольфиста с учетом закономерностей приобретения, сохранения и временной утраты спортивной формы.

➤93. Психологическая подготовка гольфистов.

➤94. Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности с учетом задач тренировки и соревнования.

➤

➤ **Контрольные вопросы и задания для контроля самостоятельной работы студентов III курса**

1.Знание программного материала по каждому разделу дисциплины.

2.Владение основными, специально-подготовительными и общеподготовительными упражнениями гольфиста.

3.Контроль за технической подготовленностью гольфиста.

4.Владение методическими приемами совершенствования техники гольфа.

5.Проведение контрольных занятий, направленных на преимущественное развитие избранного физического качества.

6.Владение методикой анализа физической нагрузки по пульсограммам и распределением ее по зонам интенсивности.

7.Проведение контрольных тренировок заданным (или произвольно избранным) методом тренировки.

8.Владение методикой контроля за подготовленностью гольфистов.

9.Разработка примерного плана годового цикла подготовки для начинающих гольфистов.

10.Владение навыками организации, проведения и судейства соревнований.

➤11. Подготовка к защите курсовой работы.

Темы выпускных квалификационных работ студентов IV курса

(дополнение к темам курсовых работ III курса)

1. Экономичность как критерий технического мастерства гольфистов.
2. Современные технологии подбора инвентаря с учетом индивидуальных особенностей в технике выполнения свинга.
3. Эффективность использования гольф-тренажеров в зимний период подготовки гольфистов.
4. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в гольфе.
5. Инновационные направления совершенствования методики тренировки гольфистов на разных этапах многолетней подготовки.
6. Построение многолетней тренировки гольфистов на основе биологических закономерностей возрастного развития.
7. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств гольфиста.
8. Генетическая обусловленность исходного потенциала и перспективы достижения высшего спортивного мастерства в гольфе.
9. Значение адекватных тренирующих воздействий для эффективной реализации природных способностей гольфиста.
10. Совершенствование способов оценки спортивной одаренности и перспективности юных гольфистов в процессе многолетней подготовки.
11. Динамика функционально-двигательной подготовленности гольфистов в зависимости от биологического возраста.
12. Влияние индивидуальной вариативности темпов биологического созревания на спортивные достижения гольфистов.
13. Совершенствование технической подготовленности юных гольфистов с учетом естественного возрастного развития двигательной функции.
14. Индивидуализация подготовки квалифицированного гольфиста как основа реализации его генетического потенциала.
15. Генетическая обусловленность достижения высшего спортивного мастерства в гольфе.

16.Соотношение развивающих, поддерживающих, восстанавливающих микроциклов в тренировке гольфистов разной квалификации.

17.Динамика средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

18.Особенности реализации технико-тактической подготовленности гольфистов.

19.Дифференцированный подход к обеспечению психологической подготовленности гольфистов к соревнованиям.

20.Повышение психологической устойчивости гольфистов к неблагоприятным внешним условиям соревновательной деятельности.

21.Методические приемы формирования гармонично развитой личности гольфиста в процессе многолетней подготовки.

22.Эффективные методики профилактики травм у гольфистов.

23.Исторический анализ общей динамики спортивных результатов в гольфе.

24. Модельные характеристики функциональных возможностей гольфистов различной квалификации.

25.Эффективность использования дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности в подготовке гольфистов.

26.Индивидуализация тренировочного процесса юных гольфистов.

27.Современные требования к подготовке инвентаря.

Контрольные вопросы и практические задания для проведения текущего контроля знаний студентов IV курса

1.Выполнение проблемных практических заданий по сравнительной оценке экономичности двигательной деятельности в различных тренировочных средствах.

2.Технология эксплуатации электронно-компьютерного оборудования.

3.Разработка сметы расходов на проведение соревнований и обоснование каждой статьи расходов.

4.Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по гольфу.

5.Федерации, ассоциации, гольф-клубы.

6. Любительские федерации, ассоциации.

7.Органы общественного руководства работой по развитию гольфа в России.

8.Задачи и устав Ассоциации, федерации, структура, план и организация работы.

9.Профессиональные федерации, ассоциации гольфистов. Их особенности, взаимоотношения.

10.Гольф-клубы. Организация гольфа в мире и в России.

11.Гольф-клуб – материальная база развития гольфа.

12.Оборудование гольф-клубов для массового обучения гольфу.

13. Статус тренера по гольфу. Тренер по гольфу за рубежом. Тренер по гольфу в России.

14.Система квалификации.

15.Оборудование площадок для массового обучения и для тренировки квалифицированных гольфистов.

16.Зал физической подготовки.

17.Тренажерные устройства для повышения эффективности учебно-тренировочного процесса.

18.Коммерческая деятельность. Спонсоры.

19.Судейско-информационное оборудование.

20.Мастерская для «клуб-мейкерства».

21.Начало бизнеса. Основной район затрат: склад, мебель, офис и рабочее оборудование и материалы, система безопасности, бизнес и личное страхование.

22.Роль профессиональных советчиков и организаций: банки, бухгалтерия, поставщики, торговля и налоговая инспекция и т.д.

23. Найм сотрудников: должностные обязанности, легальные аспекты найма сотрудников на работу – контакты по найму, зарплаты, прекращение контракта с сотрудниками.

24. Группы по закупкам товаров.

25. Торговые документы: форма приказа, записка о намерении, записка о доставке, инвойс и баланс.

26. Планы по закупкам: факторы, которые помогают иметь оборот товара.

27. Контроль товара: факторы, влияющие на уровень содержания товара, - прогнозы по продажам, товары, имеющиеся в наличии, период доставки и имеющийся в наличии капитал, цель эффективного контроля товара, прием товара.

28. Выставление гольф-оборудования, одежды, рекламных материалов, витрин и разделение товара по отделам.

29. Главные точки: их цель и использование.

30. Реклама: цель и методы рекламы, надписи в магазине – их использование, дизайн и конструкция.

31. Продажа. Презентабельный вид магазина. Этапы продажи: открытие, прогресс и закрытие продаж.

32. Знание прав клиента, обращение к соответствующему законодательству.

33. Знание продукта: источники получения информации о продукте, важность развития хорошего знания характеристик и выгоды широкого спектра товаров.

34. Финансовый бизнес.

35. Источники дохода и расходы, облагаемая и необлагаемая налогом прибыль.

36. Банковский сервис: счета (текущие, депозит, займы и превышение кредита), заказ, дебет. Банковские расходы.

37.Цены на товары: рассмотрение факторов для установления цены на товары, прибыль и разница между себестоимостью и продажной ценой.

38.Получение платежей: кэш, чек, кредитные карты.

39.Кредит как форма торговли, лицензия на брокерский кредит.

40.Система налогов. Роль налоговых инспекторов и необходимость избежать нарушения законов.

41. Ведение бизнеса: принципы ведения бизнеса, их значение и их внутренняя зависимость одного от другого.

42.Изначальный капитал, приобретение товара, маркировка, реклама продукта, продажи, наличные, накладные расходы, зарплата, прибавочная стоимость.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

1. Основная литература

1.Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культуры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Бобкова, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. окруж. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил.

2.Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.

2. Дополнительная литература

1.Жеребко Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков //

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - N 6.
- С. 68.

2. Корольков А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка юных игроков в мини-гольф / А.Н. Корольков // Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений : материалы Всерос. Интернет-конф. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2011. - С. 77-78.
3. Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченков. - Воронеж: Науч. кн., 2014. - 403 с.: табл.
4. Корольков А.Н. Интерпретация результатов исследований сложности лунок при игре в мини-гольф / А.Н. Корольков, Б.А. Яковлев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : Детский тренер : журнал в журнале. - 2013. - N 2. - С. 40-42.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукоплет» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru
4. <http://www.rusgolf.ru/pravila/>
5. <http://www.rusminigolf.ru/mgolf/minigolf1.html>
6. <http://www.geocities.com/Colosseum/Track/2049/English/Bandyhistory.html>

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.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
- 2.– 50 комплектов клюшек и бэгов;
- 3.– лаборатория клуб-фиттинга;
- 4.– 1000 мячей;
- 5.– 2 гольф-симулятора;
- 6.– анализатор кинематических характеристик мяча при выполнении ударов вудами и айронами;
- 7.– анализатор патта;
- 8.– универсальный психодиагностический комплекс;
- 9.– видеопроектор Sanyo PLC-XU 58;
- 10.– компьютер офисный;
- 11.– ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556;

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- 12.– принтер HP LaserJet 1320;
- 13.– принтер HP LaserJet 1320;
- 14.– сканер EPSON 2480;
- 15.– копировальный аппарат Canon MF 4150;
- 16.– стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);
- 17.– стационарный компьютер (монитор 17", системный блок);
- 18.– паттинг-грин;
- 19.– паттинг-дорожка.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (гольф) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1 семестр			
1	Контрольная работа по разделу «Техника безопасности»»	3 неделя	10
2	Тестирование по теме «Инвентарь в гольфе»	7 неделя	5
3	Выполнение практического задания по разделу «Основы техники в гольфе»	10 неделя	10
4	Написание 2 рефератов по выбранным темам из раздела «Техника выполнения ударов в гольфе»	13 неделя	2,5+2,5
	Оценка технической подготовленности по разделу «Техника выполнения ударов в гольфе»	16 неделя	10
5	Посещение занятий	В течение семестра	10
2 семестр			
1	Контрольная работа по разделу Антиципация (визуализация) в гольфе	23 неделя	5
2	Устный опрос по теме «Виды мини-гольфа»,	26	5
3	Устный опрос по теме «Инвентарь и аксессуары»	29	5
4	Тестирование по разделу «Техника и тактика в мини-гольфе»	36	5
5	Написание 2 рефератов по разделу «Строительство, обустройство и эксплуатация	37 неделя	2,5+2,5

	гольф-полей»		
6	Компьютерное тестирование «Эксплуатация поля»	40 неделя	5
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
58	Экзамен		10
	Всего за семестр		100

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Инвентарь в гольф»», пропущенному студентом	5
3	Выполнение практического задания по разделу «Основы техники в гольфе», пропущенному студентом	15
4	Написание реферата по выбранной теме из раздела «Техника выполнения ударов в гольфе»	5
5	Контрольная работа по разделу Антиципация (визуализация) в гольфе, пропущенному студентом	5
6	Написание реферата по разделу «Мини-гольф», пропущенному студентом	5
7	Презентация по разделу «Строительство, обустройство и эксплуатация гольф-полей», пропущенному студентом	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)».

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (гольф) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3, 4 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Этикет, правила. Организация и судейство соревнований»	3 неделя	5*
2	Компьютерное тестирование по теме «Организация соревнований»	8 неделя	10
3	Выступление на семинаре «Тактическая подготовка гольфиста»	10 неделя	5
4	Выполнение практического задания по разделу «Комплекс упражнений по обучению и совершенствованию техники разных способов удара»	13 неделя	5
5	Написание реферата по теме «Спортивно-массовая работа по гольфу»	15 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Всего за 3 семестр		50 баллов
	Реферат по разделу «Профилактика травм и оказание первой помощи»	22 неделя	5
	Контрольная работа по разделу «Теория и методика преподавания в гольфе»	25 неделя	5
	Выступление на семинаре «Теория и методика преподавания в гольфе»	32 неделя	5
	Выполнение практического задания по разделу «Комплекс упражнений по обучению и совершенствованию техники разных способов хвата и стойки»	35 неделя	5
	Презентация по теме «Техника полного свинга и ударов из песка»	38 неделя	5
	Презентация по теме «Техника ударов «драйв», «пич» и «чип»	41 неделя	5
	Посещение занятий	В течение	10

		семестра	
	Экзамен		10
	Всего за 4 семестр		50
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Профилактика травм и оказание первой помощи», пропущенному студентом	5
3	Контрольная работа по разделу «Теория и методика преподавания в гольфе», пропущенному студентом	10
4	Выполнение практического задания по разделу «Комплекс упражнений по обучению и совершенствованию техники разных способов удара, хвата и стойки», пропущенному студентом	5
5	Выполнение лабораторной работы «Определение параметров мячей для мини-гольфа»	5
6	Написание реферата по теме «Спортивно-массовая работа по гольфу», пропущенной студентом	15
7	Презентация по разделу «Техника полного свинга и ударов «драйв», «пич», «чип» и из песка», пропущенному студентом	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)».

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– 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	3	4	5	
		Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (гольф) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	5 семестр		
1	Контрольная работа по разделу «Особенности проведения занятий по гольфу с различным контингентом»	3 неделя	5
2	Практическое занятие по теме Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях (составление классификационных таблиц)	5 неделя	5
3	Мультимедийная презентация по разделу «Средства и методы обучения»	7 неделя	5
4	Реферат по теме «Организация и планирование процесса обучения»	9 неделя	5
5	Презентация по теме «Физическая подготовка гольфистов»	12 неделя	5
6	Контрольная работа по разделу «Содержание тренировки гольфистов различных квалификаций и контингента»	16 неделя	5
7	Посещение занятий	В течение семестра	20
	Всего за семестр		50 баллов
	6 семестр		
1	Реферат по разделу «Техническая подготовка гольфистов»	25 неделя	5
3	Выступление на семинаре «Тактическая и психическая подготовка гольфистов»	31 неделя	5
5	Контрольная работа по теме «Неинструментальные методы исследования»	37 неделя	5
6	Выполнение лабораторной работы по теме «Инструментальные методы исследования»	39 неделя	5
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
8	Экзамен		20
	Всего за семестр		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Техническая подготовка гольфистов», пропущенному студентом	15
3	Презентация по разделу «Содержание тренировки гольфистов различных квалификаций»	10
4	Мультимедийная презентация по теме «Инструментальные и неинструментальные методы исследования», пропущенной студентом	5
5	Написание реферата по теме «Тактическая подготовка гольфистов», пропущенной студентом	5
6	Реферат по теме Профессионально-педагогическое мастерство тренера по гольфу	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)».

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (гольф) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 1 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7, 8 семестры

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

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

Виды работы студентов на занятиях

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	7 семестр		
1	Контрольная работа по теме «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей»	4 неделя	10
2	Опрос «Спортивный отбор гольфистов в процессе многолетней подготовки»	9 неделя	5
3	Опрос по теме Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки	13 неделя	5
4	Реферат по разделу «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по гольфу»	15 неделя	10
5	Презентация по теме «Тренажерные устройства для повышения эффективности учебно-тренировочного процесса»	17 неделя	10
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Всего за семестр		50 баллов
	8 семестр		
1	Контрольная работа по разделу «Федерации, ассоциации, гольф-клубы»	24 неделя	10
2	Презентация по теме «Гольф-клубы»	27 неделя	5
3	Тестирование по теме «Бизнес в гольфе»	37 неделя	5
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен		20
	Всего за курс		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей», пропущенной студентом	10
2	Презентация по теме « Спортивный отбор гольфистов в процессе многолетней подготовки», пропущенной студентом	5
3	Доклад по теме « Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки », пропущенной студентом	15
4	Презентация по разделу «Федерации, ассоциации, гольф клубы», пропущенному студентом	5
5	Реферат по разделу «Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по гольфу», пропущенному студентом	10
6	Презентация по разделу «Бизнес в гольфе», пропущенному студентом	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)».

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– 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 индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б.1.Б.21. Теория и методика избранного вида спорта (гольф)»
(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 2015 г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 – на очной форме, 1-10 – на заочной форме обучения.

3.Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (гольф)» является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», необходимого для работы тренерами по гольфу в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), училищах олимпийского резерва, сборных командах страны, преподавателями гольфа в дошкольных учреждениях, средних и высших учебных заведениях.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В процессе освоения данной дисциплины формируются следующие общепрофессиональные (ОПК) и профессиональные (ПК) компетенции:

общепрофессиональные компетенции (ОПК):

- способность 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);
- способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способность организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

профессиональные компетенциями (ПК):

- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

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	
1	Гольф как вид спорта	I	2	2	12		
1.1	1.1. Введение в дисциплину	I	2				
1.2	История гольфа. Развитие гольфа в мире и России	I		2	4		
1.3	Техника безопасности	I			8		
2	Инвентарь и аксессуары	I	8	10	50		
2.1	Одежда гольфиста	I	2	2	4		
2.2	Аксессуары	I	2	2	6		
2.3	Инвентарь	I					
2.3.1	Клюшки	I	2	4	26		
2.3.2	Мячи	I	2	2	14		
3	Выбор инвентаря	I	2	6	28		
3.1	Выбор клюшек	I	2	4	20		
3.2	Выбор мячей	I		2	8		
4	Техника выполнения ударов в гольфе	I	6	54	126		

4.1	Основы техники в гольфе	I	2	12	22		
4.2	Техника полного свинга	I	2	12	26		
4.3	Техника удара «драйв»	I		8	18		
4.4	Техника удара «пич»	I		4	8		
4.5	Техника ударов из бункеров	I		6	8		
4.6	Техника удара «патт»	I	2	6	16		
4.7	Техника удара «чип»	I		2	6		
4.8	Техника удара из нестандартных положений	I		2	8		
4.9	Техника специальных ударов	I		2	14		
	1 семестр		18	72	216		
5	Антиципация (визуализация) в гольфе	II	2	6	32		
5.1	Восприятие предметной среды	II	2	2	10		
5.2	Влияние предметной среды на траекторию мяча	II		2	12		
5.3	Количественная оценка чтения гринна	II		2	10		
6	Мини-гольф	II	12	46	134		
6.1	Виды мини-гольфа	II	2	2	16		
6.2	Инвентарь и аксессуары	II					
6.2.1	Мячи	II	4	10	28		
6.2.2	Клюшки	II		2	6		
6.3	Классификация полей	II			4		
6.3.1	Стандартные поля	II	2	6	20		
6.3.3	Ландшафтные поля	II		4	18		
6.4	Техника и тактика в мини-гольфе	II					
6.4.1	Техника в мини-гольфе	II	2	14	32		
6.4.2	Тактика в мини-гольфе	II	2	8	10		
7	Строительство, обустройство и эксплуатация гольф-полей	II	4	20	59		
7.1	Проект поля	II	2	10	30		
7.2	Строительство гольф-полей	II	2	6	11		
7.3	Эксплуатация поля	II		4	18		
	2 семестр		18	72	225	9	Экзамен
	<i>I курс</i>		36	144	441	9	
8	Этикет, правила. Организация и судейство соревнований	III	6	36	44		
8.1	Этикет	III		2	2		
8.2	Правила соревнований	III	4	8	18		
8.3	Организация соревнований	III	2	8	6		
8.4	Судейство соревнований	III		18	18		
9.1	Тактика прохождения лунки	III	6	16	24		
9.2	Тактика игры на грине	III	2	6	6		
9.3	Тактика игры в нестандартных ситуациях	III	2	6	8		
9.4	Тактика ведения игры	III	2	4	10		
10	Спортивно-массовая работа по гольфу	III	4	8	23		
10.1	Спортивно-массовая работа по месту жительства	III	2	2			
10.2	Спортивно-массовая работа в учебных заведениях	III		4	9		
10.3	Спортивно-массовая работа в	III	2	2	14		

	спортивных секциях						
	3 семестр		18	72	81		
11	Профилактика травм и оказание первой помощи	IV	4	10	10		
11.1	Профилактика травм	IV	2	2	4		
11.2	Оказание первой помощи	IV	2	8	6		
12	Теория и методика преподавания в гольфе	IV	10	62	66		
12.1	Теоретические и методические основы обучения.	IV	2	8	10		
12.2	Обучение технике полного свинга	IV	2	12	10		
12.3	Обучение технике удара «драйв»	IV	2	12	10		
12.4	Обучение технике удара «пич»	IV		6	10		
12.5	Обучение технике ударов из песка	IV	2	8	10		
12.6	Обучение технике удара «патт»	IV	2	10	10		
12.7	Обучение технике удара «чип»	IV		6	6		
	4 семестр		14	72	76	9	Экзамен
	<i>2 курс</i>		32	144	157	9	
13	Особенности проведения занятий по гольфу с различным контингентом	V	8	32	27		
13.1	Методика занятий гольфом с детьми дошкольного возраста	V		4	5		
13.2	Особенности организации и проведения занятий в школьных секциях	V	2	8	8		
13.3	Особенности занятия гольфом с детьми школьного возраста	V		6	4		
13.4	Методика занятий гольфом людей зрелого и старшего возраста	V	2				
13.5	Средства и методы обучения	V	2		4		
13.6	Организация и планирование процесса обучения	V	2	8	6		
13.7	Организация и проведение корпоративных дней	V		6			
14	Содержание тренировки гольфистов различных квалификаций и контингента	V	10	38	20		
14.1	Физическая подготовка гольфистов	V	2	8			
14.2	Воспитание выносливости	V	2	6	2		
14.3	Воспитание силы	V	2	8	4		
14.4	Воспитание гибкости	V	2	8	8		
14.5	Воспитание скоростных возможностей гольфиста	V	2	8	6		
	5 семестр		18	70	47		
14	Содержание тренировки гольфистов различных квалификаций и контингента		10	34	33		
14.6	Техническая подготовка гольфистов	VI	6	18	14		
14.7	Тактическая подготовка	VI	2	6	6		

	гольфистов						
14.8	Психическая подготовка гольфистов	VI	2	10	13		
15	Научно-исследовательская работа в гольфе	VI	8	36	50		
15.1	Не инструментальные методы исследования	VI	2	6	10		
15.2	Инструментальные методы	VI	2	14	10		
15.3	Обработка результатов	VI	2	6	20		
16	Профессионально-педагогическое мастерство тренера по гольфу	VI	2	10	10		
	6 семестр		18	70	83	9	
	<i>3 курс</i>		36	140	130	9	Экзамен
17	Основы построения спортивной тренировки гольфистов высокой квалификации	VII	2	22	20		
18	Многолетняя спортивная тренировка гольфистов	VII	16	50	88		
18.1	Общая характеристика многолетней спортивной подготовки гольфистов	VII	2	8	10		
18.2	Задачи и содержание многолетней подготовки гольфистов	VII	2	6	10		
18.3	Формирование технического мастерства и развития двигательных способностей	VII	4	14	24		
18.4	Построение спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки	VII	6	16	30		
18.5	Спортивный отбор гольфистов в процессе многолетней подготовки	VII	2	6	14		
	7 семестр		18	72	108		Курсовая работа
19	Федерации, ассоциации, гольф клубы	VIII	10	40	40		
19.1	Любительские федерации, ассоциации	VIII	4	12	14		
19.2	Профессиональные федерации, ассоциации	VIII	4	14	16		
19.3	Гольф-клубы	VIII	2	14	20		
20	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по гольфу	VIII	2	16	20		
21	Бизнес в гольфе	VIII	6	16	48		
	8 семестр		18	72	108	9	
	<i>4 курс</i>		36	144	216	9	Экзамен,
	Итого		140	572	944	36	
			1692, 47 зач.ед.				

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часов.

1	2	3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				9
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6	7	9
1	Раздел 1. Гольф как вид спорта	1	2	4	38		
2	Раздел 2 Инвентарь и аксессуары	1	4	8	70		
3	Раздел 3. Выбор инвентаря	1		4	50		
	Всего за 1 семестр		6	16	158		
4	Раздел 4. Техника выполнения ударов в гольфе	II	6	8	100		
5	Раздел 5. Антиципация в гольфе	II		4	25		
6	Раздел 6. Мини-гольф	II		4	60		
	Всего за 2 семестр		6	16	185	9	Экзамен
	Всего за 1 курс		12	32	343	9	
7	Раздел 7. Строительство, обустройство и эксплуатация гольф-полей	III	4	6	18		
8	Раздел 8. Этикет, правила. Организация и судейство соревнований	III	2	10	50		
	Всего за 3 семестр		6	16	68		
9	Раздел 9. Тактика игры в гольф	IV	2	10	121		
10	Раздел 10. Спортивно-массовая работа по гольфу	IV	4	6	100		
	Всего за 4 семестр		6	16	221	9	Экзамен
	Всего за 2 курс		12	32	289	9	
11	Раздел 11. Профилактика травм и оказание первой помощи	V	2	6	22		
12	Раздел 12. Теория и методика преподавания в гольфе	V	4	10	100		
	Всего за 5 семестр		6	16	122		
13	Раздел 13. Особенности проведения занятий по гольфу с различным контингентом	VI	2	6	20		
14	Раздел 14. Содержание	VI	4	12	57		

	тренировки гольфистов различных квалификаций и контингента						
	Всего за 6 семестр		6	16	77	9	Экзамен
	Всего за 3 курс		12	32	199		
15	Раздел 17. Основы построения спортивной тренировки гольфистов высокой квалификации	VII	2	12	70		
16	Раздел 18. Многолетняя спортивная тренировка гольфистов	VII	2	8	90		
15	Научно-исследовательская работа в гольфе	VIII	2	4	20		
16	Профессионально-педагогическое мастерство тренера по гольфу	VIII	2	8	37		
	Всего за 8 семестр		12	32	217	9	Курсовая работа, Экзамен
	Всего за 4 курс		12	32	217	9	
19	Федерации, ассоциации, гольф-клубы	X	2	8	14		
20	Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по гольфу	X	2	6	16		
21	Бизнес в гольфе	X	4	16			
	Всего за 10 семестр		12	32	379	9	Экзамен
	Всего за 5 курс		12	32	379	9	
	Экзамен						
	Итого		60	160	1427	45	
			<i>1692, 47 зач.ед.</i>				

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 единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики единоборств
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Игуменов Виктор Михайлович – доктор педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Колесов Андрей Анатольевич – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Шевцов Алексей Викторович – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ.

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Теория и методика греко-римской борьбы» 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 греко-римской борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта. 			6 8 10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и 			

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста. 			2 10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 			
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных 			4 6

	<p>исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 			4 8 10
	<p>Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>			
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 			1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом 			6 8

	<p><i>спорта;</i> - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
	<p><i>Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i></p>			
	<p><i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
ПК-10	<p><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.</p>			6
	<p><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.</p>			
	<p><i>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></p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i> - 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.</p>			3

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 8
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 			10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i> способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>			
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 			8
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида 			

	<i>спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</i> <i>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</i>			
ПК-15	<i>Знать:</i> <i>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</i> <i>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</i>			10
	<i>Уметь:</i> <i>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</i> <i>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</i>			
	<i>Владеть:</i> <i>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</i> <i>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</i> <i>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</i>			
ПК-26	<i>Знать:</i> <i>- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;</i> <i>- функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;</i> <i>- методы составления финансовых документов.</i>			1 6
	<i>Уметь:</i> <i>- составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования;</i> <i>- осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;</i> <i>- выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;</i> <i>- работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.</i>			
	<i>Владеть:</i> <i>- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.</i> <i>- навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.</i>			
ПК-28	<i>Знать:</i> <i>- основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;</i>			4

	- <i>принципы организации и проведения научно-исследовательских работ;</i> - <i>основы теории планирования эксперимента;</i>			
	<i>Уметь:</i> - <i>планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в современном пятиборье с использованием апробированных методик</i>			
	<i>Владеть;</i> - <i>навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в спортивной борьбе</i>			
ПК-30	<i>Знать:</i> - <i>методологии исследовательской деятельности в спортивной борьбе</i>			6
	<i>Уметь:</i> - <i>проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования;</i> - <i>использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.</i>			8
	<i>Владеть:</i> - <i>опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</i>			10

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 220 часов, самостоятельная работа студентов – 1427 часов.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	1	6	16	158			

1.1	Модуль 1 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»		2	4	48		Семинар
1.2	Модуль 2 (1,5 зачетных единицы - 54 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»		2	6	46		Семинар
1.3	Модуль 3 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Классификация, систематика и терминология в греко-римской борьбе»		2	6	64		Фронтальный письменный Семинар
I курс	Всего: 216 часов (6 зачетных единиц)	2	6	16	185	9	Экзамен
1.4	Модуль 4 (2,5 зачетных единицы – 90 часов) «Тренировочное занятие по греко-римской борьбе»		4	6	80		Фронтальный письменный Семинар
1.5	Модуль 5 (2,5 зачетных единицы – 90 часов) «Оздоровительная направленность греко-римской борьбы»		2	10	78		Семинар
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 324 часа (11 зачетных единиц)			12	32	343	9	
II курс	Всего: 90 часов (2,5 зачетных единиц)	3	6	16	68		
2.1	Модуль 7 (1,5 зачетных единицы – 54 часов) «Основы техники греко-римской борьбы»		4	10	40		Семинар

2.2	Модуль 8 (1 зачетная единица– 36 часов) «Основы тактики греко-римской борьбы»		2	6	28		Семинар
II курс	Всего:252 часов (7 зачетных единиц)	4	6	16	221	9	Экзамен
2.3	Модуль 9 (3 зачетных единицы – 108 часов) «Рекреация в греко-римской борьбе»		4	8	96		Семинар
2.4	Модуль 10 (3 зачетных единиц – 108 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по греко-римской борьбе»		2	8	98		Фронтальный устный
2.5	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 342 часов (9,5 зачетных единиц)			12	32	289	9	
III курс	Всего:144 часа (4 зачетных единицы)	5	6	16	122		
3.1	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения в греко-римской борьбе»		2	4	30		Семинар
3.2	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения тактике в греко-римской борьбе»		2	4	30		Семинар
3.3	Модуль 14 (1 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения борцов»		2	4	30		Фронтальный письменный
3.4	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»			4	32		Фронтальный устный

III курс	Всего:108 часов (3 зачетных единицы)	6	6	16	77	9	Экзамен
3.5	Модуль 16 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		2	4	12		Фронтальный практический
3.6	Модуль 17 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Применение технических средств в тренировке борцов»		2	4	12		Выборочный устный
3.7	Модуль 18 (0,5 зачетных единицы- 18 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»		2	4	12		Семинар
3.8	Модуль 19 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Методики исследования в греко-римской борьбе»			4	14		Индивидуальный письменный
3.9	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			12	32	199	9	
IV курс	Всего:270 часов (7,5 зачетных единиц)	8	12	32	217	9	Экзамен, курсовая работа
4.1	Модуль 21 (1 зачетная единица - 36 часа) «Спортивная тактика в греко-римской борьбе»		2	4	30		Устный выборочный
4.2	Модуль 22 (1зачетная единица – 36 часа) «Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»		2	4	30		Семинар
4.3	Модуль 23 (01 зачетная единица – 36 часов)		2	4	30		Семинар

	«Виды подготовки борцов»						
4.4	Модуль 24 (0,5 зачетных единицы – 18 часа) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»		2	4	12		Фронтальный практический
4.5	Модуль 25 (0,5 зачетных единицы – 18 часов) «Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе»			4	14		Семинар
4.6	Модуль 26 (0,5 зачетных единицы – 18 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		2	4	12		Семинар
4.7	Модуль 27 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		2	4	30		Фронтальный практический
4.8	Модуль 28 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Подготовка выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный письменный
4.9	Модуль 29 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 270 часов (7,5 зачетных единиц)			12	32	217	9	
V курс	Всего:432 часа (12 зачетных единиц)	10	12	32	379		Экзамен
5.1	Модуль 30 (1 зачетная единица – 36 часов) «Управление подготовкой борцов»		2	2	32		Семинар
5.2	Модуль 31		2	4	66		Выборочный

	(2 зачетных единицы– 72 часа) «Прогнозирование спортивных результатов борцов»						письменный
5.3	Модуль 32 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		2	6	64		Фронтальный практический
5.4	Модуль 33 (1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование спортивной деятельности борца»		2	4	30		Фронтальный письменный
5.5	Модуль 34 (1 зачетная единица - 36 часов) «Профессионально- педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»		2	4	30		Семинар
5.6	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация борцов»		2	4	30		Семинар
5.7	Модуль 36 (1 зачетная единица– 36 часов) «Агитация и пропаганда»			2	34		Фронтальный письменный
5.8	Модуль 37 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в греко-римской борьбе»			2	34		Выборочный письменный
5.9	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный устный
5.10	Модуль 39 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов пятого курса»				27	9	Экзамен

Всего за V курс: 432 часа (12 зачетных единиц)	12	32	379	9	
Всего за курс: 1692 часа (47 зачетных единиц)	60	160	1427	45	

Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей 3 дня подготовки и 1 день на экзамен.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)»

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))

5.11. Тестирование для оценки уровня знаний по темам:

1 семестр

1. История развития греко-римской борьбы в нашей стране и мире.

2 семестр

1. Тренировочное занятие по греко-римской борьбе.

3 семестр

1. Выполнение бросков из различных групп.
2. Выполнение переводов и сваливаний из различных групп.
3. Выполнение технических действий в партере
4. Тактические приемы проведения технических действий.

4 семестр

1. Методы проведения современных научных исследований.

5 семестр

1. Методика обучения в греко-римской борьбе.
2. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе.

6 семестр

1. Проявления физических качеств в греко-римской борьбе.

8 семестр

1. Методика обучения в греко-римской борьбе.
2. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе.
- 3.. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе
4. Структура соревновательной деятельности борца

10 семестр

1. Тренировочные нагрузки в греко-римской борьбе.
2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.

5.1.2. Выступления на семинарских занятиях по темам:

1 семестр

1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида.
2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по греко-римской борьбе.
3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в борьбе.

2 семестр

1. Организация и методика проведения частей занятия по греко-римской борьбе.
2. Оздоровительный эффект от любительских занятий по греко-римской борьбой.

3 семестр

1. Техника проведения приемов борцами греко-римского стиля в учебно-тренировочных и соревновательных поединках.
2. Тактический план проведения борцовского поединка
3. Оперативное восстановление функционального состояния борцов.

4 семестр

1. Оперативное восстановление функционального состояния борцов.
2. Общая схема организации исследований.

5 семестр

1. Методики обучения в греко-римской борьбе.
2. Методики обучения тактике в греко-римской борьбе.
3. Программирование процесса обучения борцов.
4. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе.

6 семестр

1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов.
2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по греко-римской борьбе.
4. Методология исследовательской деятельности в греко-римской борьбе.

8 семестр

1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.
2. Виды подготовки борцов.
3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов.
4. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов.
6. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.

10 семестр

1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в греко-римской борьбе.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.
4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в греко-римской борьбе.
5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.
6. Технологии восстановления спортсменов греко-римской борьбы.
7. Формирование общественного мнения о греко-римской борьбе через средства массовой информации.
8. Особенности применения фармакологии в греко-римской борьбе.

5.1.3. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов:

1 семестр

1. Выявить уровень результатов выступления в греко-римской борьбе у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.
2. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
3. История спортивной борьбы (Древний период: Египет).
4. История спортивной борьбы (Древняя Греция).
5. Описать правила проведения соревнований по борьбе древних олимпиад.
6. Указать причины создания международной федерации по борьбе.
7. Расписать причины и условия создания Международной федерации по борьбе «Объединенный мир борьбы» - WWU.
8. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
9. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся борцов мира, СССР и России.
10. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по греко-римской борьбе..
11. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
12. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
13. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по спортивной борьбе.
14. Описать многоуровневая классификационная схема техники спортивной борьбы.
15. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
16. Описать порядок образования полных названий приемов техники спортивной борьбы.
17. Основные понятия в спортивной борьбе (борьба, стойка, партер и т.п.).

2 семестр

1. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
2. Оборудование зала для борьбы для проведения тренировочного процесса и соревнований.

3. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в спортивной борьбе.
4. Основные термины, используемые при судействе соревнований по греко-римской борьбе.
5. Изучение конспектов тренировочных занятий по греко-римской борьбе у личных тренеров.
6. Написание конспектов занятий по борьбе.
7. Проведение заключительных частей занятий по борьбе.
8. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях борьбе.
9. Расписать режим дня борцов.
10. Составление примерных конспектов занятий по греко-римской борьбе оздоровительной направленности.

3 семестр

1. Выделить основные характеристики техники греко-римской борьбы.
2. Описать биомеханические структуры двигательных действий борца: прогибание, сбивание, забегание, вращение, скручивание, опрокидывание, кувыркание, сгибание, подворачивание, поворачивание.
3. Изучить технические действия в стойке.
4. Изучить технические действия в партере.
5. Выписать тактико-техническое проведение технических действий в стойке.
6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
7. Выписать тактико-техническое проведение технических действий в партере

4 семестр

1. Использование средств восстановления в период соревнований
2. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок
3. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.
4. Описать проведение педагогического эксперимента в спортивной борьбе.
5. Выделить основные проблемы тренировки в спортивной борьбе.

5 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в греко-римской борьбе.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению греко-римской борьбе.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения в греко-римской борьбе.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешанных программ обучения при освоении греко-римской борьбы.
7. Методика обучения техники и тактики в греко-римской борьбе.
8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по борьбе.
9. Организация и проведение соревнований в греко-римской борьбе.
10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.

6 семестр

1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения.
2. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.
3. Написание учебного плана подготовки борцов 1-го – 3 – го годов обучения в группах начальной подготовки.
4. Применение тренажеров в тренировочном процессе борцов.
5. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке борцов.
6. Организация и проведение НИР в греко-римской борьбе.

8 семестр

1. Использование основных и дополнительных средств тренировки борцов.
2. Применение методов тренировки в греко-римской борьбе.
3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.
4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в греко-римской борьбе.
5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в борьбе.
6. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).
7. Анализ компонентов соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.
8. Оценка воздействия тренировочных нагрузок на борцов.
9. Средства и методы отбора в греко-римской борьбе.
10. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
11. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения
12. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.

10 семестр

1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны
2. Прогнозирование спортивного результата выступления спортсменов в греко-римской борьбе
3. Разработка дневных циклов тренировок по борьбе.
4. Разработка недельных циклов тренировок по борьбе.
5. Проведение тренировочных занятий по греко-римской борьбе в группах спортивного совершенствования
6. Анализ результатов выступлений борцов греко-римского стиля на чемпионатах мира и олимпийских играх
7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности
8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов.
9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику
10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов.
11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность.
12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.

5.1.4. Написание и защита рефератов по темам

1 семестр

1. Греко-римская борьба в системе физического воспитания.
2. Оборудование мест для проведения соревнований по греко-римской борьбе.

2 семестр

1. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе.
2. Занятия греко-римской борьбой оздоровительной направленности.

3 семестр

1. Техника греко-римской борьбы в стойке.
2. Техника греко-римской борьбы в партере.
3. Тактика проведения технического действия.

4 семестр

1. Основные средства и методы восстановления работоспособности борцов.
2. Научное обеспечение подготовки борцов.

5 семестр

1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по греко-римской борьбе.
2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
3. Сценарии открытия и закрытия соревнований.

6 семестр

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
2. Общая характеристика основных физических качеств.
3. Характеристика основных методов исследования в греко-римской борьбе.

8 семестр

1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.
2. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе.
3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в греко-римской борьбе.
5. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.
6. Основные пути отбора в греко-римской борьбе.

10 семестр

1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе.
2. Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе.
3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе.
5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.

6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
7. Создание имиджа современного борца.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика греко-римской борьбы как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение греко-римской борьбы.
3. Место греко-римской борьбы и в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта.
4. Система управления развитием греко-римской борьбы в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию греко-римской борьбы. Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация борьбы РФ (ФСБР): задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием борьбы в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение греко-римской борьбы.
10. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по греко-римской борьбе в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных борцов греко-римского стиля на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по греко-римской борьбе в нашей страны.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние греко-римской борьбы в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Оценка технических действий в стойке и партере по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по борьбе.
19. Требования к спортивной форме борца на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по борьбе.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в греко-римской борьбе.
24. Классификация технических борьбы.
25. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в греко-римской борьбе.
27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по борьбе.

28. Иерархическое построение классификации техники спортивной борьбы и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники спортивной борьбы.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по спортивной борьбе.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе борцов.
33. Основные элементы содержания занятий по греко-римской борьбе.
34. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий борьбой.
35. Специфика содержания учебного занятия по греко-римской борьбе.
36. Специфика содержания учебно- тренировочного занятия по греко-римской борьбе.
37. Специфика содержания тренировочного занятия по греко-римской борьбе.
38. Специфика содержания контрольного занятия по греко-римской борьбе.
39. Специфика содержания соревновательного занятия по греко-римской борьбе.
40. Специфика содержания урочной формы организации занятий по греко-римской борьбе.
41. Специфика содержания внеурочной формы организации занятий по греко-римской борьбе
42. Специфика содержания индивидуальной формы организации занятий по греко-римской борьбе
43. Специфика содержания индивидуально-групповой формы организации занятий по греко-римской борьбе
44. Специфика содержания групповой формы организации занятий по греко-римской борьбе.

45. Специфика содержания основной части тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
46. Специфика содержания подготовительной части тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
47. Специфика содержания заключительной части тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
48. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха.
49. Самодисциплина борца, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
50. Значение волевых качеств борцов в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности.
51. Способность противостоять неудачному выступлению в начале соревнования и компенсировать это успешным выступлением в последующих поединках..
52. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
53. Основы разностороннего развития занимающихся средствами греко-римской борьбы.
54. Принципы построения занятий по греко-римской борьбе оздоровительной направленности.
55. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях.
56. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма.
57. Длительное сохранение высокой работоспособности.

58. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий греко-римской борьбой на организм спортсменов.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Взаимосвязь техники и тактики при ведении борцовского поединка.
2. Механизм эффективности приемов техники в спортивной борьбе.
3. Биомеханические особенности техники спортивной борьбы
4. Фазовая структура техники бросков в спортивной борьбе.
5. Критерии оценки качества выполнения техники спортивной борьбы.
6. Роль "атакующего" и "атакованного" борцов в выполнении приемов техники на этапе изучения.
7. Цель и биомеханическая характеристика бросков, сваливаний, переводов, переворотов, удержаний.
8. Страховка и самостраховка в процессе выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
9. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой спортивной борьбой.
10. Особенности методики изучения техники спортивной борьбы в условиях учебной группы и индивидуально.
11. Методика и значение коррекции выполнения техники спортивной борьбы в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
12. Методика расширения разнообразия изучаемой техники спортивной борьбы в процессе ее повторения.
13. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники спортивной борьбы на примере бросков прогибом.
14. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники спортивной борьбы в стойке на примере бросков прогибом или подворотом.
15. Последовательность изучения техники спортивной борьбы в процессе многолетних занятий спортом.
16. Определение основных понятий: стратегия и тактика борьбы.
17. Стратегия многолетней спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
18. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке в греко-римской борьбе.
19. Тактика участия в соревнованиях в греко-римской борьбе.
20. Тактика ведения схватки в греко-римской борьбе.
21. Тактика проведения приемов в греко-римской борьбе.
22. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
23. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
24. Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
25. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
26. Составление тактического плана поединка.
27. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).
28. Средства и методы восстановления работоспособности борца и их применение на практике.

29. Цель и задачи рекреации в греко-римской борьбе.
30. Принципы рекреационной тренировки в борьбе.
31. Основные средства восстановления используемые в греко-римской борьбе.
32. Использование нетрадиционных средств восстановления в процессе тренировочного занятия.
33. Формы физической рекреации применяемые в спортивной борьбе.
34. Медикаментозные средства восстановления в греко-римской борьбе.
35. Особенности восстановления после растяжений в спортивной борьбе.
36. Особенности восстановления после повреждения суставов в спортивной борьбе.
37. Особенности восстановления после переломов в спортивной борьбе.
38. Использование средств восстановления в период соревнований.
39. Использование средств восстановления в тренировочный период.
40. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
41. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
42. Значение УИРС в подготовке бакалавров по борьбе в ИФК.
43. Методология научной деятельности.
44. Использование метода анализа литературных источников в исследованиях по спортивной борьбе.
45. Использование метода анкетирования в исследованиях по спортивной борьбе.
46. Использование метода экспертных оценок источников в исследованиях по спортивной борьбе.
47. Использование метода опроса в исследованиях по спортивной борьбе.
48. Использование метода педагогического эксперимента в исследованиях по спортивной борьбе.
49. Использование методов математической статистики в исследованиях по спортивной борьбе.
50. Использование метода наблюдения источников в исследованиях по спортивной борьбе.
51. Использование технических средств в исследованиях по спортивной борьбе.
52. Наиболее распространенные схемы исследований в греко-римской борьбе.
53. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.
54. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.

5.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре заочной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Предмет и задачи обучения в греко-римской борьбе.
2. Применение дидактических принципов при обучении в греко-римской борьбе.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в греко-римской борьбе.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения греко-римской борьбе от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в греко-римской борьбе.
7. Определение готовности к обучению греко-римской борьбе: физической, координационной, психической.

8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в греко-римской борьбе; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в греко-римской борьбе.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в спортивной борьбе.
13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по греко-римской борьбе.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня по греко-римской борьбе.
17. Содержание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
21. Главная судейская коллегия соревнований по греко-римской борьбе и ее функции.
22. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе.
23. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
24. Содержание отчета о соревнованиях.

Деловая игра

Тема: «Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по греко-римской борьбе».

26. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
27. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
28. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
29. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по борьбе в группах начальной подготовки.
30. Переводные и контрольные нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
31. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
32. Использование технических средств при подготовке борцов в различных частях тренировочного занятия.
33. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося греко-римской борьбой.
34. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся борьбой.
35. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
36. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
37. Проявление силы в борьбе.
38. Проявление быстроты в греко-римской борьбе.
39. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
40. Энергетическое обеспечение выносливости.
41. Проявление выносливости в греко-римской борьбе.
42. Факторы, определяющие гибкость.

43. Измерение гибкости.
44. Активная и пассивная гибкость.
45. Проявление гибкости в греко-римской борьбе.
46. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
47. 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.
48. Координационные способности в греко-римской борьбе.
49. Ведущие ощущения и восприятия в греко-римской борьбе: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
50. Двигательные представления (идеомоторика) в борьбе.
51. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
52. Характер мыслительных задач.
53. Эмоциональные процессы и состояния.
54. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
55. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
56. Виды и качественные особенности волевых усилий в греко-римской борьбе. Особенности процессов реагирования.
57. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
58. Ориентирование в соревновательных ситуациях в греко-римской борьбе.
59. Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.
60. Особенности организации и проведения НИР в борьбе.
61. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
62. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
63. Применение апробированных методик проведения научных исследований в греко-римской борьбе.
64. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
65. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
66. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в греко-римской борьбе.

6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в греко-римской борьбе.
8. Сочетание упражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники борьбы, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки борцов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке борцов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении греко-римской борьбе.
12. Методы овладения техническими действиями в борьбе.
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 греко-римской борьбе.
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 греко-римской борьбе.
17. Содержание и особенности физической подготовки в греко-римской борьбе.
18. Роль и значение технической подготовки греко-римской борьбе для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.
21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в греко-римской борьбе, применение технических средств и специальной аппаратуры.
22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.
23. Цель и задачи психологической подготовки в греко-римской борьбе. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.
24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.
25. Применение средств и методов психологической подготовки в греко-римской борьбе
26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в борьбе.
27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.
29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики греко-римской борьбы; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии греко-римской борьбы в стране и мире.
30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.
31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
32. Значение и виды соревнований в греко-римской борьбе.
33. Структура соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.
34. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.

35. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
36. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
37. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
38. Основные пути отбора в греко-римской борьбе
39. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
40. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
41. Определение предрасположенности к занятиям греко-римской борьбой.
42. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям борьбой.
43. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе.
44. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.
45. Принципы и методы обучения в греко-римской борьбе.
46. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
47. Требования стандартов спортивной подготовки в борьбе к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
48. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
49. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.
50. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки греко-римской борьбе в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки борцов.
51. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.
52. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).
53. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области греко-римской борьбы.
54. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования
55. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.
56. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

5.2.5. Примерная тематика курсовых работ для студентов IV курса заочного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в греко-римской борьбе.
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными борцами.
3. Задачи, содержание и построение спортивной тренировки в греко-римской борьбе.
4. Этапы многолетней подготовки юных борцов.
5. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
6. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки.
7. Цель и задачи психологической подготовки в греко-римской борьбе.
8. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе.

9. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки борцов.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в X семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в греко-римской борьбе.
3. Учет тренировочных нагрузок по греко-римской борьбе.
4. Виды контроля за состоянием борцов 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. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для греко-римской борьбы технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в греко-римской борьбе.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) борцов старших разрядов.
14. Годовое планирование в греко-римской борьбе.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в греко-римской борьбе.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в борьбе.
22. Динамика личных и командных результатов по греко-римской борьбе за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.
27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

29. Требования стандарта спортивной подготовки в греко-римской борьбе для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки борца на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке борцов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.
34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по греко-римской борьбе в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства борцов.
35. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в борьбе.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.
38. Характеристика спортивной деятельности в греко-римской борьбе. Требования к отдельным сторонам подготовки борцов.
39. Требования к профессиональной подготовке тренера.
40. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
41. Классификация тренеров.
42. Оценка деятельности и личности тренера.
43. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.
44. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
45. Механизм возникновения спортивной травмы.
46. Особенности протекания восстановления при занятиях греко-римской борьбой.
47. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
48. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
49. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки борцов.
50. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
51. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
52. 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.
53. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
54. Основные положения применения восстановительных средств в греко-римской борьбе.
55. Формирование мотивации к занятиям греко-римской борьбой.

56. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям греко-римской борьбой.
57. Умение формировать мотивацию к занятиям греко-римской борьбой.
58. Структурные элементы общественного мнения.
59. Функции формирования общественного мнения о греко-римской борьбе.
60. Создание имиджа греко-римской борьбе как олимпийского вида спорта.
61. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
62. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов.
63. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.
64. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по греко-римской борьбе.
65. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
66. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в греко-римской борьбе.
67. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по греко-римской борьбе.
68. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
69. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
70. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

5.2.7. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в греко-римской борьбе.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки борцов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивной борьбе.
4. Методики повышения уровня подготовленности борцов.
5. Планирование тренировочных нагрузок в спортивной борьбе и их взаимовлияние.
6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по греко-римской борьбе.
7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе борцов.
8. Рационализация питания спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов греко-римской борьбы на различных этапах многолетней подготовки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы»

а) Основная литература:

1. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо : учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М. : Советский спорт, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-9718-0515-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210482>;
2. Крикуха, Ю.Ю. Комплексный контроль в греко-римской борьбе : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха, Ю.В. Корягина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 150 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277199>;
3. Крикуха, Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 136 с. : ил., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277200>;
4. Кокурин, А.В. Подготовка борцов греко-римского стиля с учетом анатомо-физиологических особенностей организма : учебное пособие / А.В. Кокурин, А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4906-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362767>;
5. Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 72 с.
6. Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : утв. и рек. эмс ИСиФВ "РГУФКСМиТ" / [сост.: Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.

б. Дополнительная:

1. Спортивная борьба. Учебник для ИФК/Под общ.ред. А.П. Купцова.-М.:ФиС, 1978.-424 с.;
2. Игуменов, В.М., Подливаев, Б.А. Спортивная борьба: Учебник для студентов и учащихся фак.(отд-ий) физ. Воспитания пед. учебн. Заведений.-М.: Просвещение, 1993. – 240 с.;
3. Кожарский, В.П., Сорокин, Н.Н. Техника классической борьбы.- М.: ФиС,1978.- 280 с.;
4. Спортивная борьба (классическая, вольная, самбо):Учебник для ИФК/ Под ре. Н.М. Галковского, А.З. Катулина.-М.: ФиС,1968.- 584 с.;
5. Спортивная борьба: Учеб. пособие для техникумов и инст. ФК (пед. фак.)/ Под ред. Г.С. Туманяна.- М.: 1985.- 144 с.;
6. Гожин, В.В., Малков, О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит, проф. образования. — М.: Физкультура и Спорт, 2008. — 232 с.;
7. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. - 288 с.: илл.
8. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.II. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1998. - 280 с.: илл.

9. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.111. Методика подготовки. - М.: Советский спорт, 1998. - 400 с., илл.

10. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.IV. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 2000. - 384 с., илл.

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

- Сайт Федерации спортивной борьбы России - <http://wrestrus.ru/>

- Сайт FILA - <http://www.fila-wrestling.com>

- Сайт CELA - <http://www.cela-wrestling.org>

- Медиацентр РГУФКСМиТ - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/greko-rimskaya-borba>

– 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.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование на тему: 1. История развития греко-римской борьбы в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по греко-римской борьбе		4 4
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по греко-римской борьбе. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в борьбе. 4. Организация и методика проведения частей занятия по греко-римской борьбе. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий по греко-римской борьбой.		3 3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по борьбе на древних олимпиадах. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по греко-римской борьбе. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по греко-римской борьбе. 4. Оборудование борцовского зала для проведения тренировочного процесса и		3 3 3

	соревнований. 5. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов. 6. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по борьбе. 7. Анализ санитарно-гигиенических требований для борцовских залов. 8. Описать оздоровительные эффекты от занятий греко-римской борьбой. 9. Провести анализ выполнения технических действий одного из ведущих борцов греко-римского стиля.		3 3 3 3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Греко-римская борьба в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по греко-римской борьбе. 3. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе. 4. Занятия греко-римской борьбой оздоровительной направленности		5 5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
7	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств
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	Тестирование по темам: 1. Выполнение технических действий из различных групп. 2. Тактические приемы проведения технических действий. 3. Методы проведения современных научных исследований.		6 6 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Техника проведения приемов борцами греко-римского стиля в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 2. Тактический план проведения борцовского поединка 3. Оперативное восстановление функционального состояния борцов. 4. Оперативное восстановление функционального состояния борцов. 5. Общая схема организации исследований.		3 3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ техники борьбы в стойке из подгруппы броски и сваливания. 2. Анализ техники борьбы в стойке из подгруппы переводы и наклоны. 3. Анализ техники борьбы в партере. 4. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке и партере. 5. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего		3 3 3 3

	названия темы 6. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности. 7. Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований.		3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Техника греко-римской борьбы в стойке. 2. Техника греко-римской борьбы в партере. 3. Тактика проведения технического действия. 4. План тренировок и занятий в университете на дневной и недельный циклы. 5. Основные средства и методы восстановления работоспособности борцов. 6. Научное обеспечение подготовки борцов.		3 3 3 3 3 4
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

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 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-	2		3	4	5	

цифровое выражение оценки	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям: 1.. Методика обучения в греко-римской борьбе. 2. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе. 3..Проявления физических качеств в греко-римской борьбе.		2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в греко-римской борьбе. 2. Методики обучения тактике в греко-римской борьбе. 3. Программирование процесса обучения борцов. 4. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе. 5. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов. 6. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 7. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по греко-римской борьбе. 8. Методология исследовательской деятельности в греко-римской борьбе		3 3 3 3 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков:		

	исследования в греко-римской борьбе.		
6	Сдача экзамена (рубежный 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	2
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	2
3	Презентация по теме пропущенного занятия	2

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 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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в греко-римской борьбе. 2. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе. 3. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе 4. Структура соревновательной деятельности борца		2 2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки борцов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов. 4. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе. 5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов. 6. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.		2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки борцов. 2. Применение методов тренировки в греко-римской борьбе. 3. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах		3 3 3

	<p>многoletней подготовки.</p> <p>4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в греко-римской борьбе.</p> <p>5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в греко-римской борьбе в стойке.</p> <p>6. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в греко-римской борьбе в партере.</p> <p>7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).</p> <p>8. Анализ компонентов соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.</p> <p>9. Оценка воздействия тренировочных нагрузок.</p> <p>10. Средства и методы отбора в греко-римской борьбе.</p> <p>11. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.</p> <p>12. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения</p> <p>13. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.</p>		<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2</p>
5	<p>Написание и защита рефератов на темы:</p> <p>1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.</p> <p>2. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе.</p> <p>3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.</p> <p>4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в греко-римской борьбе.</p> <p>5. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.</p> <p>6. Основные пути отбора в греко-римской борьбе.</p>		<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
6	Сдача экзамена (рубежный 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	2

2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	2
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	2

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 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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 10 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	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в греко-римской борьбе 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.		2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в греко-римской борьбе. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в греко-римской борьбе. 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе. 6. Технологии восстановления спортсменов греко-римской борьбы. 7. Формирование общественного мнения о греко-римской борьбе через средства массовой информации. 8. Особенности применения фармакологии в греко-римской борьбе.		2 2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны.		3

	2. Прогнозирование спортивного результата в греко-римской борьбе.		3
	3. Разработка дневных циклов тренировок по греко-римской борьбе.		3
	4. Разработка недельных циклов тренировок по греко-римской борьбе.		3
	5. Проведение тренировочных занятий по греко-римской борьбе в группах спортивного совершенствования		3
	6. Анализ результатов по греко-римской борьбе на чемпионатах мира и олимпийских играх.		3
	7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности.		3
	8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов.		3
	9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.		3
	10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов.		3
	11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность .		3
	12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.		3
5	Написание рефератов на темы: 1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе. 2. Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе. 3. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства. 4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе. 5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе. 6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе. 7. Создание имиджа современного борца.		2 2 2 2 2 2 2
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		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>	2
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	2
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	2

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 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 единоборств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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 2015г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6,8,10

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика греко-римской борьбы**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- 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 использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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)

способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»	1	2	4	48	9	Экзамен
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»	1	2	6	46		
3	«Классификация, систематика и терминология в греко-римской борьбе»	1	2	6	64		
4	«Тренировочное занятие по греко-римской борьбе»	2	4	6	80		
5	«Оздоровительная направленность греко-римской борьбы»	2	2	10	78		
6	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»	2			27		
7	«Основы техники греко-римской борьбы»	3	4	10	40	9	Экзамен
8	«Основы тактики греко-римской борьбы»	3	2	6	28		

9	«Рекреация в греко-римской борьбе»	4	4	8	96		
10	«Задачи и организация НИР и УИРС по греко-римской борьбе»	4	2	8	98		
11	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27		
12	«Методика обучения в греко-римской борьбе»	5	2	4	30		
13	«Методика обучения тактике в греко-римской борьбе»	5	2	4	30		
14	«Программирование процесса обучения борцов»	5	2	4	30		
15	«Организация и проведение соревнований»	5		4	32		
16	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	6	2	4	12	9	Экзамен
17	«Применение технических средств в тренировке борцов»	6	2	4	12		
18	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»	6	2	4	12		
19	«Методики исследования в греко-римской борьбе»	6		4	14		
20	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27		
21	«Спортивная тактика в греко-римской борьбе»	8	2	4	30	9	Экзамен, курсовая работа
22	«Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»	8	2	4	30		
23	«Виды подготовки борцов»	8	2	4	30		
24	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»	8	2	4	12		
25	«Объективные условия спортивной деятельности в греко-	8		4	14		

	римской борьбе»						
26	«Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»	8	2	4	12		
27	«Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»	8	2	4	30		
28	«Подготовка выпускной квалификационной работы»	8		4	32		
29	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»	8			27		
30	«Управление подготовкой борцов»	10	2	2	32	9	Экзамен
31	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»	10	2	4	66		
32	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	10	2	4	64		
33	Модуль 32 «Моделирование спортивной деятельности борца»	10	2	4	30		
34	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»	10	2	4	30		
35	«Рекреация борцов»	10	2	4	30		
36	«Агитация и пропаганда»	10		2	34		
37	«Фармакология в греко-римской борьбе»	10		2	34		
38	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	10		4	32		
39	«Семестровый экзамен для студентов пятого курса»	10			27		
Итого часов:			60	160	1427	45	

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 единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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 (ускоренное обучение)*

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 единоборств
(наименование)
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Составитель:

Игуменов Виктор Михайлович – доктор педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Колесов Андрей Анатольевич – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Шевцов Алексей Викторович – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ.

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Теория и методика греко-римской борьбы» 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 греко-римской борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	3		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; 	4 5		
		1		

	- 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.			
ОПК-6	Знать: - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	1 6		
	Уметь: - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.			
	Владеть: - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.			
ОПК-8	Знать: - 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 2		
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.			
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			
ОПК-11	Знать: - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;	1 2		

	<ul style="list-style-type: none"> - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 	1 4 6		
	<p><i>Владеть:</i> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>			
ПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	1		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	2 3 6		
	<p><i>Уметь:</i> использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической</p>			

	<i>работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i>			
	<i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
ПК-10	<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 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.			
	<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.			
ПК-11	<i>Знать:</i> - 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.	2		
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке	4 5		

	<i>тренировочных планов (спортивной подготовки).</i>			
	<i>Владеть:</i> - 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.			
ПК-13	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена.	5		
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	2		
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			
ПК-15	<i>Знать:</i> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;	5		

	- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.			
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.			
	Владеть: - 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.			
ПК-26	Знать: - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	1 2		
	Уметь: - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.			
	Владеть: - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.			
ПК-28	Знать: - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов.	1		
	Уметь: - планировать, правильно организовать и провести			

	<p>научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</p> <ul style="list-style-type: none"> - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности. 			
ПК-30	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	2		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	4		
	<p>Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</p>	6		

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)»

4.1 Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 27 часов, аудиторных занятий – 536 часов, самостоятельная работа студентов – 1129 часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>); форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельна я работа	Контроль	
I курс	Всего: 531 час	1	18	72	441		
1.	«Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»»		4	12	56		
1.1	Содержание курса «Теория и методика греко- римской борьбы»			4	18		
1.2	Греко-римская борьба в системе физического воспитания.			4	20		
1.3	Формирование греко- римской борьбы как олимпийского вида		4	4	18		
2.	«Обеспечение учебно- тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»		2	10	60		
2.1	Травматизм и безопасность на занятиях греко-римской борьбой.		2	5	30		
2.2	Специальные упражнения борца.			5	30		
3.	«Классификация, систематика и терминология в греко- римской борьбе»		2	12	58		
3.1	Классификация, систематика и терминология в греко- римской борьбе.		2	6	20		
3.2	Специальные термины, востребованные в обучении и тренировке спортсменов в греко- римской борьбе.			4	30		
3.3	Судейская терминология.			2	8		

4.	«Тренировочное занятие по греко-римской борьбе»		2	10	60		
4.1	Структура учебно-тренировочного занятия в греко-римской борьбе		2	2	15		
4.2	Задачи и содержание частей занятия по греко-римской борьбе.			2	10		
4.3	Организация и методика проведения частей занятий по греко-римской борьбе.			2	15		
4.4	Обеспечение безопасности при обучении греко-римской борьбе.			2	10		
4.5	Гигиенические нормы для специализированных помещений, в которых проводятся занятия по греко-римской борьбе.			2	10		
5.	«Оздоровительная направленность греко-римской борьбы»		2	12	58		
5.1	Разностороннее развитие личности средствами греко-римской борьбы.		2	4	18		
5.2	Оздоровительный эффект от любительских занятий греко-римской борьбой.			4	20		
5.3	Создание оздоровительных центров на базе спортивных клубов по борьбе.			4	20		
6.	«Основы техники греко-римской борьбы».		4	8	87		
6.1	Общая характеристика техники и ее значение для становления мастерства борца		4	4	40		
6.2	Биомеханический анализ техники борьбы.			4	47		
7.	«Задачи и организация НИР и УИРС по греко-римской борьбе»		2	8	62		

7.1	Проблемы совершенствования теории и методики в греко-римской борьбе		2	4	32		
7.2	Общая схема организации исследований.			4	30		
I курс	Всего: 378 часов	2	18	72	279	9	Экзамен
8.	«Методика обучения в греко-римской борьбе»		4	10	58		
8.1	Характеристика методов обучения в греко-римской борьбе.		2	6	28		
8.2	Методика обучения в спортивной борьбе.		2	4	30		
9.	«Программирование процесса обучения борцов»		2	10	30		
9.1	Теоретические основы программирования обучения в греко-римской борьбе.		2	6	14		
9.2	Составление обучающих программ по греко-римской борьбе.			4	16		
10.	«Организация и проведение соревнований»		2	10	34		
10.1	Основы организации и проведения соревнований по греко-римской борьбе.		2	4	10		
10.2	Положение о соревнованиях.			2	10		
10.3	Судейская коллегия, функции, права и обязанности.			2	8		
10.4	Информационное обеспечение соревнований			2	6		
11.	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		4	10	58		
11.1	Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.		4	4	20		

11.2	Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 10-11 лет.			4	18		
11.3	Подготовка и проведение занятий по ОФП, технике и элементам тактики.			2	20		
12.	«Применение технических средств в тренировке борцов»		2	10	42		
12.1	Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.		2	6	22		
12.2	Тренажеры и вспомогательное оборудование в борьбе.			4	20		
13.	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»		2	12	32		
13.1	Двигательные качества и их проявление в греко-римской борьбе.		2	6	16		
13.2	Психологическая характеристика двигательной деятельности в греко-римской борьбе.			6	16		
14.	«Методики исследования в греко-римской борьбе»		2	10	34		
14.1	Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.		2	4	10		
14.2	Подбор методик в соответствии с целями и задачами исследований.			2	8		
14.3	Сбор научных данных по избранному направлению исследований.			2	8		
14.4	Критерии оценки полученных результатов исследований.			2	8		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
Всего за I курс: 909 часов			36	144	720	9	
II курс	Всего: 117 часов	3	18	72	27		

15.	«Спортивная тактика в греко-римской борьбе»		4	16	7		
15.1	Тактика в греко-римской борьбе.		4	8	4		
15.2	Критерии оценки эффективности компонентов тактики.			8	3		
16.	«Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»		4	16	7		
16.1	Основные и дополнительные средства тренировки борцов.		4	6	2		
16.2	Методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе.			6	2		
16.3	Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки.			4	3		
17.	«Виды подготовки борцов»		6	24	6		
17.1	Основные составляющие видов подготовки борцов.		6	4	2		
17.2	Техническая подготовка.			4	2		
17.3	Тактическая подготовка.			4			
17.4	Физическая подготовка.			4			
17.5	Психологическая подготовка.			4			
17.6	Интеллектуальная подготовка.			4	2		
18.	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»		4	16	7		
18.1	Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.		4	6	2		
18.2	Краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей 12-13 лет.			4	2		
18.3	Подготовка и проведение занятий по греко-римской борьбе.			6	3		
II курс	Всего: 108 часов	4	14	72	13	9	Экзамен
19.	«Объективные условия спортивной		4	22	4		

	деятельности в греко-римской борьбе»						
19.1	Структура соревновательной деятельности.		4	12	2		
19.2	Особенности тренировочной деятельности в греко-римской борьбе.			10	2		
20.	«Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		2	14	4		
20.1	Система отбора как составная часть методики подготовки борцов.		2	4	2		
20.2	Основные пути отбора в греко-римской борьбе.			4			
20.3	Этапы спортивного отбора.			4			
20.4	Средства и методы отбора, применяемые в греко-римской борьбе.			2	2		
21.	«Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		6	22	2		
21.1	Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе углубленной специализации.		6	8	2		
21.2	Особенности протекания пубертатного периода у юношей.			8			
21.3	Подготовка и проведение занятий по греко-римской борьбе.			6			
22.	«Подготовка выпускной квалификационной работы»		2	14	3		
22.1	Интеграция научных знаний.		2	4			
22.2	Требования к выпускной квалификационной работе.			6	2		
22.3	Содержание научно-исследовательской работы студентов.			4	1		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
Всего за II курс: 225 часов			32	144	40	9	

III курс	Всего: 162 часов	5	18	72	207		
23.	«Управление подготовкой борцов»		4	14	54		
23.1	Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.		2	4	20		
23.2	Планирование подготовки борцов.		2	4	14		
23.3	Создание стимулов у борцов к выполнению большого объема нагрузок.			4	10		
23.4	Контроль и оценка результатов воздействия на подготовленность борцов.			2	10		
24.	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»		4	14	54		
24.1	Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе.		4	6	14		
24.2	Краткосрочный и долгосрочный прогноз.			4	20		
24.3	Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений.			4	20		
25.	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		4	14	22		
25.1	Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.		4	8	12		
25.2	Подготовка и проведение занятий по греко-римской борьбе.			6	10		
26.	«Моделирование спортивной деятельности борца»		2	16	23		
26.1	Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в греко-римской борьбе.		2				
26.2	Особенности соревновательной модели деятельности в греко-						

	римской борьбе.						
27.	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»		4	14	54		
27.1	Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе		4	6	20		
27.2	Особенности деятельности тренера по греко-римской борьбе.			4	20		
27.3	Оценка деятельности и личности тренера.			4	14		
III курс	Всего: 207 часов	6	18	72	162	9	Экзамен
28.	«Рекреация борцов»		6	18	40		
28.1	Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в греко-римской борьбе.		2	8	20		
28.2	Технологии восстановления борцов.		4	10	20		
29.	«Агитация и пропаганда»		6	18	40		
29.1	Формирование общественного мнения о греко-римской борьбе, как гармонично развивающего вида спорта.		6	10	20		
29.2	Динамика количества занимающихся греко-римской борьбой в России и мире. Наполняемость групп занимающихся греко-римской борьбой по этапам подготовки в СШ, СШОР на базах Подмосковья.			8	20		
30.	«Фармакология в греко-римской борьбе»		6	18	40		
30.1	Фармакология в спортивной тренировке борцов.		6	10	20		
30.2	Фармакологическая поддержка на соревнованиях по греко-римской борьбе.			8	20		
31.	«Подготовка и			18	42		

	апробация выпускной квалификационной работы»						
31.1	Написание доклада			6	14		
31.2	Подготовка презентации.			6	14		
31.3	Апробация выпускной квалификационной работы			6	14		
	Промежуточная аттестация					9	Экзамен
Всего за III курс: 558 часов			36	144	369	9	
Всего за курс: 1692 часа			104	432	1129	27	

* 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.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика ИВС (греко-римская борьба)»

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-балльной шкале). Студент набирает баллы на каждом виде текущего контроля, включая посещение учебных занятий, и рубежного контроля.

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	
---	-------------------------	---------	--

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 20 баллов, сдача на четверку соответствует 15 баллам, на тройку – 10, за сдачу зачета – до 15 баллов.

При разработке и реализации бальной 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.

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. ≥ 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 студентов I курса:

1 семестр

1. Выписать права и обязанности студентов университета.
2. Описать свои представления об участии студента в общественной жизни университета.
3. Подготовка специалистов греко-римской борьбы в институтах физической культуры.
4. Выявить уровень результатов выступления в греко-римской борьбе у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.
5. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.

6. История спортивной борьбы (Древний период: Египет).
7. История спортивной борьбы (Древняя Греция).
8. Описать правила проведения соревнований по борьбе древних олимпиад.
9. Указать причины создания международной федерации по борьбе.
10. Расписать причины и условия создания Международной федерации по борьбе «Объединенный мир борьбы» - WWU.
11. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
12. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся борцов мира, СССР и России.
13. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся борцов России и мира.
14. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по греко-римской борьбе.
15. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
16. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
17. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по спортивной борьбе.
18. Описать многоуровневая классификационная схема техники спортивной борьбы.
19. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
20. Описать порядок образования полных названий приемов техники спортивной борьбы.
21. Основные понятия в спортивной борьбе (борьба, стойка, партери т.п.).
22. Выписать санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий борьбе.
23. Перерисовать схему конфликтного взаимодействия борцов и проанализировать ее.
24. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
25. Оборудование зала для борьбы для проведения тренировочного процесса и соревнований.
26. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в спортивной борьбе.
27. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов.
28. Основные термины, используемые при судействе соревнований по греко-римской борьбе.
29. Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
30. Изучение конспектов тренировочных занятий по греко-римской борьбе у личных тренеров.
31. Написание конспектов занятий по борьбе.
32. Проведение заключительных частей занятий по борьбе.
33. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях борьбе.
34. Расписать режим дня борцов.
35. Составление примерных конспектов занятий по греко-римской борьбе оздоровительной направленности.
36. Выделить основные характеристики техники греко-римской борьбы.

37. Описать биомеханические структуры двигательных действий борца: прогибание, сбивание, забегание, вращение, скручивание, опрокидывание, кувыркание, сгибание, подворачивание, поворачивание.
38. Изучить технические действия в стойке.
39. Изучить технические действия в партере.
40. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
41. Расписать и привести примеры специальных упражнений, используемых для развития физических качеств.
42. Описать и привести примеры подготовительных упражнений, используемых для развития физических качеств.
43. Описать условия необходимые для воспитания физических качеств.
44. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.
45. Описать проведение педагогического эксперимента в спортивной борьбе.
46. Выделить основные проблемы тренировки в спортивной борьбе.
47. Привести пример дневника тренировок, который можно составить в Excel.
48. Выделить основы построения тренировок в дневнике спортсмена.
49. Описать объяснительно-иллюстративный метод обучения.
50. Овладение техническими действиями и совершенствование их в различных условиях.

Примерная тематика рефератов для студентов I курса:

1 семестр

1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида спорта.
2. Изменения правил соревнований по греко-римской борьбе.
3. Основы техники греко-римской борьбы. Краткая характеристика техники в стойке и партере.
4. Характеристика спортивных баз Москвы и области на территории которых проходят занятия греко-римской борьбой.
5. Гигиенические требования к содержанию спортивного зала по греко-римской борьбе.
6. Основные правила обеспечения безопасного проведения занятий по греко-римской борьбе.
7. Оборудование мест для проведения соревнований по греко-римской борьбе.
8. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и юниоров.
9. Греко-римской борьба в системе физического воспитания.
10. Терминология технических действий в греко-римской борьбе.
11. Судейская терминология по греко-римской борьбе.
12. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе.
13. Разностороннее развитие личности средствами борьбы.
14. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами греко-римской борьбы.
15. Техника греко-римской борьбы в стойке.
16. Техника греко-римской борьбы в партере.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов I курса:

2 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в греко-римской борьбе.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению греко-римской борьбе.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения по борьбе.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешенных программ обучения при освоении греко-римской борьбы.
7. Составление примерных программ обучения в греко-римской борьбе.
8. Выписать из программы обучения СШ основные требования по физической, технической и спортивной подготовке для групп начальной подготовки.
9. Представить этапы многолетней подготовки по годам обучения в группах СШ по греко-римской борьбе.
10. Изучить диапазон спортивных результатов в многолетней подготовке борцов и возраст достижения КМС, МС, МСМК.
11. Придумать и описать несколько парных упражнений в борьбе.
12. Ознакомиться с фронтальной формой организации занимающихся при обучении.
13. Подготовить пример организации круговой тренировки при общефизической подготовке начинающих борцов.
14. Особенности организации и проведения соревнований с различным контингентом занимающихся.
15. Разработка и написание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.
16. Составление сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
17. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований.
18. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
19. Организация и проведение соревнований по борьбе.
20. Обязанности судей соревнований по греко-римской борьбе.
21. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.
22. Составить отчет о соревнованиях.
23. Написание учебного плана подготовки борцов 1-го года обучения в группе начальной подготовки.
24. Составление учебного плана подготовки борцов 2-го года обучения в группе начальной подготовки.
25. Подготовка учебного плана тренировки борцов 3-го года обучения в группе начальной подготовки.
26. Написание конспекта занятия по ОФП.
27. Составление конспекта занятия по обучению приемам в партере.
28. Подготовка конспекта занятия по обучению приемам в стойке.
29. Конспектирование занятия по с использованием подвижных игр.
30. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки борцов.
31. Написать по два упражнения с использованием борцовского манекена.
32. Конспектирование методических разработок с использованием тензоплатформы.
33. Расчетное определение целевых ЧСС-зон у борцов во время тренировки.
34. Прямое определение ЧСС макс у спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.

Примерная тематика рефератов для студентов I курса:

2 семестр

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
2. Начальное обучение греко-римской борьбе.
3. Применение дидактических принципов при обучении в греко-римской борьбе.
4. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения греко-римской борьбе от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
5. Элементы программирования обучения в борьбе.
6. Положение о соревнованиях по греко-римской борьбе.
7. Смета на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
8. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по борьбе.
9. Медицинское обеспечение во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
10. Состав главной судейской коллегии соревнований по греко-римской борьбе и их функции.
11. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе.
12. Сценарии открытия и закрытия соревнований.
13. Отчет о проведении соревнований.
14. Сводный протокол результатов выступления участников соревнований.
15. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
16. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
17. Использование технических средств при подготовке борцов.
18. Общая характеристика проявления одного из физических качеств в греко-римской борьбе.
19. Требования, предъявляемые спортивной борьбой к личности спортсмена.
20. Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.

Содержание экзаменационных требований для студентов I курса:

2 семестр

Вопросы для собеседования:

1. Характеристика греко-римской борьбы как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение греко-римской борьбы.
3. Место греко-римской борьбы и в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта.
4. Система управления развитием греко-римской борьбы в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию греко-римской борьбы. Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация борьбы РФ (ФСБР): задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием борьбы в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение греко-римской борьбы.
10. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по греко-римской борьбе в институтах физической культуры.

12. Участие и достижения отечественных борцов греко-римского стиля на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по греко-римской борьбе в нашей стране.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние греко-римской борьбы в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Оценка технических действий в стойке и партере по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по борьбе.
19. Требования к спортивной форме борца на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по борьбе.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в греко-римской борьбе.
24. Классификация технических борьбы.
25. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в греко-римской борьбе.
27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по борьбе.
28. Иерархическое построение классификации техники спортивной борьбы и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники спортивной борьбы.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по спортивной борьбе.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе борцов.
33. Основные принципы подбора инвентаря для занятий по греко-римской борьбе.
34. Основные элементы содержания занятий по греко-римской борьбе.
35. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий борьбой и отражение данного воздействия на структуре учебно-тренировочного занятия.
36. Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
37. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
38. Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся видах.
39. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
40. Основы разностороннего развития занимающихся средствами борьбы.
41. Принципы построения занятий по борьбе оздоровительной направленности.
42. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.
43. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий борьбой на организм спортсменов.

44. Взаимосвязь техники и тактики при ведении борцовского поединка.
45. Механизм эффективности приемов техники в спортивной борьбе.
46. Биомеханические особенности техники спортивной борьбы
47. Фазовая структура техники бросков в спортивной борьбе.
48. Критерии оценки качества выполнения техники спортивной борьбы.
49. Роль "атакующего" и "атакованного" борцов в выполнении приемов техники на этапе изучения.
50. Цель и биомеханическая характеристика бросков, сваливаний, переводов, переворотов, удержаний.
51. Страховка и самостраховка в процессе выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
52. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой спортивной борьбой.
53. Особенности методики изучения техники спортивной борьбы в условиях учебной группы и индивидуально.
54. Методика и значение коррекции выполнения техники спортивной борьбы в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
55. Методика расширения разнообразия изучаемой техники спортивной борьбы в процессе ее повторения.
56. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники спортивной борьбы на примере бросков прогибом.
57. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники спортивной борьбы в стойке на примере бросков прогибом или подворотом.
58. Последовательность изучения техники спортивной борьбы в процессе многолетних занятий спортом.
59. Определение основных понятий: стратегия и тактика борьбы.
60. Стратегия многолетней спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
61. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке в греко-римской борьбе.
62. Тактика участия в соревнованиях в греко-римской борьбе.
63. Тактика ведения схватки в греко-римской борьбе.
64. Тактика проведения приемов в греко-римской борьбе.
65. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
66. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
67. Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
68. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
69. Составление тактического плана поединка.
70. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).
71. Средства и методы восстановления работоспособности борца и их применение на практике.
72. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
73. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
74. Значение УИРС в подготовке бакалавров по борьбе в ИФК.
75. Методология научной деятельности.
76. Наиболее распространенные схемы исследований в греко-римской борьбе.
77. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.
78. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.
79. Предмет и задачи обучения в греко-римской борьбе.

80. Применение дидактических принципов при обучении в греко-римской борьбе.
81. Отличительные черты двигательных умений и навыков в греко-римской борьбе.
82. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
83. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения греко-римской борьбе от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
84. Характеристика основных методов обучения в греко-римской борьбе.
85. Определение готовности к обучению греко-римской борьбе: физической, координационной, психической.
86. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в греко-римской борьбе; разучивание по частям и в целом (слитно).
87. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
88. Элементы программирования обучения в греко-римской борьбе.
89. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
90. Особенности программирования процесса обучения в спортивной борьбе.
91. Организационные основы спортивной школы.
92. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
93. Особенности проведения занятий по греко-римской борьбе.
94. Организация и проведение соревнований различного уровня по греко-римской борьбе.
95. Содержание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.
96. Основные пункты сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
97. Техника безопасности при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
98. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
99. Главная судейская коллегия соревнований по греко-римской борьбе и ее функции.
100. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
101. Содержание отчета о соревнованиях.
24. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
25. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
26. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
27. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по борьбе в группах начальной подготовки.
28. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
29. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
30. Использование технических средств при подготовке борцов в различных частях тренировочного занятия.
31. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося греко-римской борьбой.
32. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся борьбой.
33. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
34. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.

35. Проявление силы в борьбе.
36. Проявление быстроты в греко-римской борьбе.
37. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
38. Энергетическое обеспечение выносливости.
39. Проявление выносливости в греко-римской борьбе.
40. Факторы, определяющие гибкость.
41. Измерение гибкости.
42. Активная и пассивная гибкость.
43. Проявление гибкости в греко-римской борьбе.
44. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
45. 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.
46. Координационные способности в греко-римской борьбе.
47. Ведущие ощущения и восприятия в греко-римской борьбе: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
48. Двигательные представления (идеомоторика) в борьбе.
49. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
50. Характер мыслительных задач.
51. Эмоциональные процессы и состояния.
52. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
53. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
54. Виды и качественные особенности волевых усилий в греко-римской борьбе. Особенности процессов реагирования.
55. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
56. Ориентирование в соревновательных ситуациях в греко-римской борьбе.
57. Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.
58. Особенности организации и проведения НИР в борьбе.
59. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
60. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
61. Применение апробированных методик проведения научных исследований в греко-римской борьбе.
62. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
63. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
64. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Расписать тактику проведения борцовского поединка с более физически сильным противником.
2. Описание тактических вариантов проведения борцовского поединка с более техничным противником.
3. Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнований.
4. Определить основные тактические варианты выступлений в командных соревнованиях.
5. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.
6. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов спортивной тренировки применительно к греко-римской борьбе.
7. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в греко-римской борьбе.
8. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки борцов.
9. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов.
10. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по греко-римской борьбе.
11. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
12. Подбор упражнений для совершенствования техники борьбы.
13. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в греко-римской борьбе.
14. Выбор подготовительных и основных технических действий наступательного, контратакующего и защитного стиля в зависимости от противника.
15. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании по греко-римской борьбе.
16. Разработать комплекс направленный на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов.
17. Разработать комплекс упражнений, направленный на укрепление опорно-двигательного аппарата борца.
18. Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.
19. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.
20. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-й год обучения в тренировочной группе СШ по греко-римской борьбе.
21. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации.
22. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.
23. Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 11-12 лет.
24. Тестирование в тренировочных группах 1-го и 2-го года обучения.
25. Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки.
26. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в учебно-тренировочные группы.
27. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в группы спортивного совершенствования.

1. Ознакомиться с разделами специальной литературы касающихся специфики двигательной деятельности в греко-римской борьбе.
2. Анализ дневников спортсменов для определения интенсивности нагрузки по зонам мощности.
3. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов тренировочных групп СШ по греко-римской борьбе.
4. Описание особенностей противоборства в командных соревнованиях борцов.
5. Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования.
6. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
7. Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности.
8. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения.
9. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 2-го года обучения.
10. Посетить тренировки юных борцов.
11. Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР.
12. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).
13. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.
14. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.
15. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).
16. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ.
17. Разработать рекомендации по улучшению работы СНО.
18. Написание доклада для представления материалов исследований.
19. Создание презентации к докладу на конференции.

Примерная тематика рефератов для студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Стратегия и тактика в греко-римской борьбе.
2. Физические упражнения в греко-римской борьбе.
3. Методы тренировки в греко-римской борьбе.
4. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства в греко-римской борьбе.
5. Средства и методы технической подготовки в греко-римской борьбе, применение технических средств и специальной аппаратуры.
6. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе.
7. Управление психическим состоянием в процессе выступления на соревновании по греко-римской борьбе.
8. Содержание интеллектуальной подготовки борца.

4 семестр

1. Значение и виды соревнований в греко-римской борьбе.
2. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров греко-римской борьбе.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.
4. Основные пути отбора в греко-римской борьбе.

5. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах СШ по греко-римской борьбе.

Содержание экзаменационных требований для студентов II курса:

4 семестр

Вопросы для устного ответа:

1. Основы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в греко-римской борьбе.
6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в греко-римской борьбе.
8. Сочетание уупражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники борьбы, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки борцов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке борцов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении греко-римской борьбе.
12. Методы овладения техническими действиями в борьбе.
13. Методы развития двигательных качеств, техничко-тактической и психологической подготовки: строго регламентированных упражнений (равномерный, переменный, интервальный), игровой, соревновательный.
14. Цели и задачи физической подготовки в греко-римской борьбе.
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 греко-римской борьбе.
17. Содержание и особенности физической подготовки в греко-римской борьбе.
18. Роль и значение технической подготовки греко-римской борьбе для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.
21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в греко-римской борьбе, применение технических средств и специальной аппаратуры.
22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.
23. Цель и задачи психологической подготовки в греко-римской борьбе. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.
24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.
25. Применение средств и методов психологической подготовки в греко-римской борьбе
26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в борьбе.
27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.

28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.
29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики греко-римской борьбы; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии греко-римской борьбы в стране и мире.
30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.
31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
32. Значение и виды соревнований в греко-римской борьбе.
33. Структура соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.
34. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.
35. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
36. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
37. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
38. Основные пути отбора в греко-римской борьбе
39. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
40. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
41. Определение предрасположенности к занятиям греко-римской борьбой.
42. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям борьбой.
43. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе.
44. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.
45. Принципы и методы обучения в греко-римской борьбе.
46. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
47. Требования стандартов спортивной подготовки в борьбе к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
48. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
49. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.
50. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки греко-римской борьбе в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки борцов.
51. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.
52. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).
53. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области греко-римской борьбы.
54. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования
55. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.
56. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов III курса:

5 семестр

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 греко-римской борьбе.
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 СШ по греко-римской борьбе.
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 сборной команды России на чемпионате мира текущего года.
10. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате Европы текущего года.
11. Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним.
12. Построение динамики результатов сильнейших борцов греко-римского стиля за последние 4 года на чемпионатах России.
13. Выявление динамики результатов сильнейших в борцов греко-римского стиля за последние 4 года на чемпионатах мира.
14. Изменения личных результатов сильнейших борцов России среди мужчин на международных турнирах за текущий год, прогнозирование результатов выступления на чемпионате мира.
15. Ознакомление с режимом учебно-тренировочной работы и требованиями к физической, технической и спортивной подготовленности спортсменов групп спортивного совершенствования СШ по греко-римской борьбе.
16. Изучение содержания план-схемы годичного цикла подготовки борцов и составление плана-схемы 2 и 3-го года обучения для группы спортивного совершенствования.
17. Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе для групп спортивного совершенствования 1-го, 2-го и 3-го года обучения.
18. Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших борцов.

6 семестр

1. На основе изучения специальной литературы по греко-римской борьбе и видов спорта имеющих схожие соревновательные упражнения создать и структурировать по значимости список умений и навыков тренеров необходимый в тренировочном процессе по борьбе.
2. Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.
3. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по греко-римской борьбе.
4. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по греко-римской борьбе.
5. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера.

6. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
7. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у борцов.
8. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей пассивной части опорно-двигательного аппарата у юных борцов.
9. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по греко-римской борьбе.
10. Создание образа греко-римской борьбы как комплексного вида спорта.
11. Сделать презентацию новой спортивной базы по греко-римской борьбе.
12. Посещение одной из СШ города Москвы или подмосковья. Выписать количество групп СШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения СШ.
13. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий борьбой.
14. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься греко-римской борьбой и наполняемости групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий борьбой.
15. Изучение специальной литературы посвященной питанию спортсменов.
16. Составить описание одной из методик углеводного насыщения перед главным стартом сезона.
17. Изучить особенности содержания питания спортсменов перед выступлениями.
18. Ознакомиться с основными подходами приема пищи при снижении веса.
19. Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. В тексте доклада находятся сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения.
20. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме.
21. Подготовить компьютерную презентацию ВКР.
22. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы.
23. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.
24. Изучение высказанных замечаний на апробации ВКР.
25. Анализ ответов на вопросы по ВКР.
26. Подготовка ответов на замечания рецензента.
27. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

Примерная тематика рефератов для студентов III курса очного обучения:

5 семестр

1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе.
2. Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе.
3. Структура годичного цикла на этапе спортивного совершенствования.
4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе.
5. Построение моделей соревновательной деятельности борцов.

6 семестр

6. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по греко-римской борьбе.
7. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
8. Различные средства и методы восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки борцов.

9. Создание имиджа греко-римской борьбы.
10. Долгосрочное сбалансированное питание борцов.
11. Планирование питания при подготовке к ответственным соревнованиям.
12. Питание во время соревнований по греко-римской борьбе.

Содержание экзаменационных требований для студентов III курса:

6 семестр

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в греко-римской борьбе.
3. Учет тренировочных нагрузок по греко-римской борьбе.
4. Виды контроля за состоянием борцов 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. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для греко-римской борьбы технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в греко-римской борьбе.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) борцов старших разрядов.
14. Годовое планирование в греко-римской борьбе.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в греко-римской борьбе.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в борьбе.
22. Динамика личных и командных результатов по греко-римской борьбе за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.

27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Требования стандарта спортивной подготовки в греко-римской борьбе для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки борца на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке борцов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.
34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по греко-римской борьбе в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства борцов.
35. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в борьбе.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.
38. Характеристика спортивной деятельности в греко-римской борьбе. Требования к отдельным сторонам подготовки борцов.
39. Требования к профессиональной подготовке тренера.
40. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
41. Классификация тренеров.
42. Оценка деятельности и личности тренера.
43. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.
44. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
45. Механизм возникновения спортивной травмы.
46. Особенности протекания восстановления при занятиях греко-римской борьбой.
47. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
48. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
49. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки борцов.
50. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
51. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
52. 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.

53. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
54. Основные положения применения восстановительных средств в греко-римской борьбе.
55. Формирование мотивации к занятиям греко-римской борьбой.
56. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям греко-римской борьбой.
57. Умение формировать мотивацию к занятиям греко-римской борьбой.
58. Структурные элементы общественного мнения.
59. Функции формирования общественного мнения о греко-римской борьбе.
60. Создание имиджа греко-римской борьбе как олимпийского вида спорта.
61. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
62. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов.
63. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.
64. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по греко-римской борьбе.
65. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
66. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в греко-римской борьбе.
67. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по греко-римской борьбе.
68. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
69. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
70. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в греко-римской борьбе.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки борцов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивной борьбе.
4. Методики повышения уровня подготовленности борцов.
5. Планирование тренировочных нагрузок в спортивной борьбе и их взаимовлияние.
6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по греко-римской борьбе.
7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе борцов.
8. Рационализация питания спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов греко-римской борьбы на различных этапах многолетней подготовки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы»

а) Основная литература:

1. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо : учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М. : Советский спорт, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-9718-0515-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210482>;

2. Крикуха, Ю.Ю. Комплексный контроль в греко-римской борьбе : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха, Ю.В. Корягина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 150 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277199>;

3. Крикуха, Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 136 с. : ил., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277200>;

4. Кокурин, А.В. Подготовка борцов греко-римского стиля с учетом анатомо-физиологических особенностей организма : учебное пособие / А.В. Кокурин, А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4906-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362767>;

5. Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 72 с.

6. Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спорт. подгот." : утв. и рек. эмс ИСиФВ "РГУФКСМиТ" / [сост.: Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.

б. Дополнительная:

1. Спортивная борьба. Учебник для ИФК/Под общ.ред. А.П. Купцова.-М.:ФиС, 1978.-424 с.;

2. Игуменов, В.М., Подливаев, Б.А. Спортивная борьба: Учебник для студентов и учащихся фак.(отд-ий) физ. Воспитания пед. учебн. Заведений.-М.: Просвещение, 1993. – 240 с.;

3. Кожарский, В.П., Сорокин, Н.Н. Техника классической борьбы.- М.: ФиС,1978.- 280 с.;

4. Спортивная борьба (классическая, вольная, самбо):Учебник для ИФК/ Под ре. Н.М. Галковского, А.З. Катулина.-М.: ФиС,1968.- 584 с.;

5. Спортивная борьба: Учеб. пособие для техникумов и инст. ФК (пед. фак.)/ Под ред. Г.С. Туманяна.- М.: 1985.- 144 с.;

6. Гожин, В.В., Малков, О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования. — М.: Физкультура и Спорт, 2008. — 232 с.;

7. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. - 288 с.: илл.

8. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн. II. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1998. - 280 с.: илл.

9. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн. III. Методика подготовки. - М.: Советский спорт, 1998. - 400 с., илл.

10. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн. IV. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 2000. - 384 с., илл.

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

- Сайт Федерации спортивной борьбы России - <http://wrestrus.ru/>

- Сайт FILA - <http://www.fila-wrestling.com>

- Сайт CELA - <http://www.cela-wrestling.org>

- Медиацентр РГУФКСиУ - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/greko-rimskaya-borba>

– 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.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения (ускоренное)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование на тему: 1. История развития греко-римской борьбы в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по греко-римской борьбе. 3. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе. 4. Проявления физических качеств в греко-римской борьбе	11 неделя 12 неделя 31 неделя 35 неделя	5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида. 2. Организация и методика проведения частей занятия по греко-римской борьбе. 3. Оздоровительный эффект от любительских занятий по греко-римской борьбой. 4. Техника проведения приемов борцами греко-римского стиля в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 5. Методики обучения в греко-римской борьбе. 6. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов. 7. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 8. Методология исследовательской	10 неделя 14 неделя 15 неделя 17 неделя 27 неделя 31 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5 5 5 5 5

	деятельности в греко-римской борьбе		
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе. 3. Общая характеристика основных физических качеств.	35 неделя 38 неделя	5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
7	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения (ускоренное)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в греко-римской борьбе. 2. Организация процесса обучения в греко- 3. 3. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе 4. Структура соревновательной деятельности борца римской борьбе.	10 неделя 14 неделя 24 неделя 25 неделя	5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки борцов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки борцов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки борцов. 4. Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе. 5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных борцов. 6.Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.	7 неделя 9 неделя 13 неделя 26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе. 2. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов. 3. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в греко-римской борьбе. 4. Характеристика тренировочных	9-11 недели 38-43 недели 24-26 недели 24-26 недели	5 5 5 5

	нагрузок в греко-римской борьбе.		5
6	Сдача экзамена (рубежный 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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения (ускоренное)

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в греко-римской борьбе. 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.	8 неделя 26 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в греко-римской борьбе. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в греко-римской борьбе. 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе. 6. Технологии восстановления спортсменов греко-римской борьбы. 7. Формирование общественного мнения о греко-римской борьбе через средства массовой информации. 8. Особенности применения фармакологии в греко-римской борьбе.	7 неделя 8 неделя 9 неделя 14 неделя 26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5 5 5 5 5
5	Написание рефератов на темы: 1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе. 2. Прогнозирование спортивных результатов в	5 неделя 6 неделя	5 5

	греко-римской борьбе. 3. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.	7-9 недели	5
	4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе.	14-16 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный 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 зачету.

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 единоборств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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 (ускоренное обучение)*
Год набора 2015 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика греко-римской борьбы**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- 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 использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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)

- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) *				Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>); форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия лекционного типа	Практические занятия	Самостоятельна я работа	Контроль	
1.	«Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»»	1	4	12	56		
2.	«Обеспечение учебно- тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»	1	2	10	60		
3.	«Классификация, систематика и терминология в греко- римской борьбе»	1	2	12	58		
4.	«Тренировочное занятие по греко- римской борьбе»	1	2	10	60		
5.	«Оздоровительная направленность греко- римской борьбы»	1	2	12	58		
6.	«Основы техники греко- римской борьбы».	1	4	8	87		
7.	«Задачи и организация НИР и УИРС по греко- римской борьбе»	1	2	8	62		

8.	«Методика обучения в греко-римской борьбе»	2	4	10	58	9	Экзамен
9.	«Программирование процесса обучения борцов»	2	2	10	30		
10.	«Организация и проведение соревнований»	2	2	10	34		
11.	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	2	4	10	58		
12.	«Применение технических средств в тренировке борцов»	2	2	10	42		
13.	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»	2	2	12	32		
14.	«Методики исследования в греко-римской борьбе»	2	2	10	34		
15.	«Спортивная тактика в греко-римской борьбе»	3	4	16	7		
16.	«Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»	3	4	16	7		
17.	«Виды подготовки борцов»	3	6	24	6		
18.	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»	3	4	16	7		
19.	«Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе»	4	4	22	4		
20.	«Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		2	14	4		
21.	«Тренировочный этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		6	22	2		
22.	«Подготовка выпускной квалификационной работы»		2	14	3		
23.	«Управление подготовкой борцов»	5	4	14	54		

24.	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»	5	4	14	54		
25.	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	5	4	14	22		
26.	«Моделирование спортивной деятельности борца»	5	2	16	23		
27.	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»		4	14	54		
28.	«Рекреация борцов»	6	6	18	40	9	Экзамен
29.	«Агитация и пропаганда»		6	18	40		
30.	«Фармакология в греко-римской борьбе»		6	18	40		
31.	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			18	42		
Всего за курс: 1692 часа			104	432	1129	27	

* 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 единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 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:

Игуменов Виктор Михайлович – доктор педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Колесов Андрей Анатольевич – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ;

Шевцов Алексей Викторович – кандидат педагогических наук, профессор
кафедры ТиМ единоборств РГУФКСМиТ.

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Теория и методика греко-римской борьбы» 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 греко-римской борьбы.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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	Очно-заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	4 6 7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в 	2		

	<i>избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки</i>			
	<i>Владеть:</i> - <i>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методике физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.</i>			
ОПК-6	<i>Знать:</i> - <i>состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.</i>	1 8		
	<i>Уметь:</i> - <i>применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.</i>			
	<i>Владеть:</i> - <i>навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.</i>			
ОПК-8	<i>Знать:</i> - <i>правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта;</i> - <i>документы планирования и проведения соревнований;</i> - <i>особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</i> - <i>обязанности организаторов и судей соревнования;</i> - <i>основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.</i>	1 3		
	<i>Уметь:</i> - <i>организовывать и проводить соревнования различного уровня;</i> - <i>осуществлять объективное судейство соревнований;</i> - <i>обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.</i>			
	<i>Владеть:</i> - <i>навыками организации и проведения соревнований различного уровня;</i> - <i>умением осуществлять объективное судейство соревнований.</i>			
ОПК-11	<i>Знать:</i> - <i>основы научно-методической деятельности;</i> - <i>апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</i> - <i>методы научного анализа и обработки результатов исследований;</i>	2 4		

	- методы формулирования и представления обобщений и выводов.			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 	1 6 8		
	Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.			
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	1		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	4 5 8		
	Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и			

	<i>воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</i>			
	<i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
ПК-10	<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.	6		
	<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.			
	<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.			
ПК-11	<i>Знать:</i> - 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.	3		
	<i>Уметь:</i> - 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 7		

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i> способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>			
ПК-14	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта. 	3		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство. 			
ПК-15	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	7		

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 			
ПК-26	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов. 	1 4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки. 			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической 			

	<p>культуры и спорта с использованием апробированных методик;</p> <ul style="list-style-type: none"> - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, общение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности. 			
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных. 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	6		
	<p><i>Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</i></p>	8		

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)»

4.1 Очное обучение

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего: 306 час (8,5 зачетных единиц)	1	18	72	216			
1.1	Модуль 1 (2 зачетные единицы – 72 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»		4	14	54		Семинар	
1.2	Модуль 2 (2 зачетные единицы - 72 часов) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»		4	16	52		Семинар	
1.3	Модуль 3 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Классификация, систематика и терминология в греко-римской борьбе»		4	16	34		Фронтальный письменный Семинар	
1.4	Модуль 4 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Тренировочное занятие по греко-римской борьбе»		2	14	36		Фронтальный письменный Семинар	
1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единицы – 54 часов) «Оздоровительная направленность греко-римской борьбы»		2	12	40		Семинар	
I курс	Всего: 324 часов (7,5 зачетных единиц)	2	18	72	255	9	Экзамен	
1.6	Модуль 6 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Основы техники греко-римской борьбы»		6	20	46		Семинар	

1.7	Модуль 7 (2 зачетные единицы – 72 часа) «Основы тактики греко-римской борьбы»		4	22	46		Семинар
1.8	Модуль 8 (2 зачетная единица – 72 часов) «Рекреация в греко-римской борьбе»		4	12	56		Семинар
1.9	Модуль 9 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Задачи и организация НИР и УИРС по греко-римской борьбе»		4	18	50		Фронтальный устный
1.10	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 630 часов (17,5 зачетных единиц)			36	144	441	9	
II курс	Всего: 171 часов (4,75 зачетных единиц)	3	18	72	81		
2.1	Модуль 11 (1,75 зачетная единица – 63 часа) «Методика обучения в греко-римской борьбе»		6	18	39		Семинар
2.2	Модуль 12 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Методика обучения тактике в греко-римской борьбе»		4	18	14		Семинар
2.3	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения борцов»		4	18	14		Фронтальный письменный
2.4	Модуль 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»		4	18	14		Фронтальный устный

II курс	Всего: 171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
2.5	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		4	12	20		Фронтальный практический
2.6	Модуль 16 (0,75 зачетных единицы - 27 часов) «Применение технических средств в тренировке борцов»		2	12	13		Выборочный устный
2.7	Модуль 17 (1 зачетная единица - 36 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»		4	28	4		Семинар
2.8	Модуль 18 (1 зачетная единица - 36 часов) «Методики исследования в греко-римской борьбе»		4	20	12		Индивидуальный письменный
2.9	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 342 часов (9,5 зачетных единиц)			32	144	157	9	
III курс	Всего: 162 часа (3,75 зачетных единиц)	5	18	70	47		
3.1	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов) «Спортивная тактика в греко-римской борьбе»		4	16	16		Устный выборочный
3.2	Модуль 21 (0,75 зачетная единица – 27 часов) «Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»		4	16	7		Семинар
3.3	Модуль 22 (1 зачетная единица – 36 часа) «Виды подготовки		6	22	8		Семинар

	борцов»						
3.4	Модуль 23 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»		4	16	16		Фронтальный практический
III курс	Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)	6	18	70	83	9	Экзамен, курсовая работа
3.5	Модуль 24 (1 зачетная единица – 36 часов) «Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе»		4	16	16		Семинар
3.6	Модуль 25 (1 зачетная единица - 36 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»		4	18	14		Семинар
3.7	Модуль 26 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки борцов»		6	18	12		Фронтальный практический
3.8	Модуль 27 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Подготовка выпускной квалификационной работы»		4	18	14		Фронтальный письменный
3.9	Модуль 28 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 315 часов (9,5 зачетных единиц)			36	140	130	9	
IV курс	Всего: 162 часов (5,5 зачетных единиц)	7	18	72	108		
4.1	Модуль 29 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Управление		4	14	36		Семинар

	подготовкой борцов»						
4.2	Модуль 30 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Прогнозирование спортивных результатов борцов»		4	14	36		Выборочный письменный
4.3	Модуль 31 (1 зачетная единица – 36 часов) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		4	14	18		Фронтальный практический
4.4	Модуль 32 (1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование спортивной деятельности борца»		2	16	18		Фронтальный письменный
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетной единицы - 18 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»		4	14	-		Семинар
IV курс	Всего: 207 часов (5,75 зачетных единиц)	8	18	72	108	9	Экзамен
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»			8	10		Семинар
4.6	Модуль 34 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация борцов»		6	18	12		Семинар
4.7	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Агитация и пропаганда»		6	18	12		Фронтальный письменный
4.8	Модуль 36 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в греко-римской борьбе»		6	18	12		Выборочный письменный

4.9	Модуль 37 (1,25 зачетных единицы - 45 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»		10	35		Фронтальный устный
4.10	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»			27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 405 часов (11,25 зачетных единиц)			36	144	216	9
Всего за курс: 1692 часов (47 зачетных единиц)			140	572	944	36

Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей 3 дня подготовки и 1 день на экзамен.

5. Образовательные технологии

Методы обучения включают в себя *методы преподавания* (средства, приемы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приемы, способы усвоения учебного материала; репродуктивные и продуктивные приемы учения и самоконтроля в их взаимосвязи). С помощью методов обучения в соответствии с поставленной целью реализуются и преподавание и учение.

Преподаватель призван обучать студентов, а сами студенты в созданных преподавателем обучающих ситуациях, овладевают системой знаний, умений и навыков.

Освоение материала студентами в учебном процессе проходит на теоретических (лекции), семинарских, практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На теоретических занятиях (лекциях) студентам сообщаются основные теоретические сведения по разделам и темам курса.

На практических занятиях студенты осваивают методику преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в греко-римской борьбе, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности. Эти умения и навыки в дальнейшем совершенствуются в процессе тренерской практики по специальности.

Единицей учебного процесса является учебная тема, так как она сохраняет все его структурные особенности. Структура каждого занятия (урока) определяется целью и местом этого занятия в системе учебной темы. Материал любой темы должен быть разделен на основной, имеющий значение для последующего обучения, и дополнительный материал.

Учебная деятельность состоит из трех этапов:

1) вводно-мотивационный этап (уяснить тему, понять значение темы, определить основные задачи);

2) операционно-познавательный этап (изучить и освоить содержание темы, овладеть знаниями, умениями, навыками);

3) рефлексивно-оценочный этап (обобщить изученный материал темы).

При изучении любой темы должны иметь место все три указанных этапа.

Формирование содержания и объема учебной программы подготовки бакалавра по греко-римской борьбе основано на необходимости отразить основные черты изучаемой проблемы (в частности проблемы подготовки студента), а также решить задачи достижения во времени конечной цели, оценить степень соответствия содержания образования с требованиями реальной действительности (современной спортивной практики).

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки бакалавра реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

«Выездные» тренировки – это интенсивные формы коллективного обучения в режиме «погружения» в профессиональную среду. Студенты получают возможность упорядочить знания, развить практические навыки групповой работы, обменяться опытом и установить деловые связи.

Деловая игра – метод имитации (подражания, изображения) принятия решений и выполнения действий тренерами, судьями и руководителями спортивных структур в различных искусственно созданных ситуациях при проведении тренировочных занятий, соревнований и.п.

Дискуссия – форма учебной работы, в рамках которой студенты высказывают свое мнение по проблеме, заданной преподавателем. Проведение дискуссий по проблемным вопросам подразумевает написание студентами рефератов по предложенным тематикам.

Круглый стол – один из наиболее эффективных способов для обсуждения острых, сложных и актуальных на текущий момент вопросов в любой профессиональной сфере, обмена опытом и творческих инициатив. Такая форма позволяет лучше усвоить материал, найти необходимые решения в процессе эффективного диалога.

Метод кейс-стади – обучение, при котором студенты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении тактических ситуаций или задач, решаемых с использованием различных разновидностей действий. При данном методе обучения студент самостоятельно вынужден принимать решение применить определенные действия и обосновать их эффективность в соревновательной деятельности.

Метод проектов – это комплексный метод обучения, результатов которого является создание какого-либо продукта или явления. В основе учебных проектов лежат исследовательские методы обучения (самостоятельная работа студентов, работа в рамках научного кружка).

Тестирование – контроль знаний с помощью тестов, которые состоят из условий (вопросов) и вариантов ответов для выбора (самостоятельная работа студентов).

Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении.

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций борьбы, государственных и общественных организаций, мастер-классы олимпийских чемпионов по греко-римской борьбе и их тренеров.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

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, доказательства, 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.

6.1.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов I курса очного обучения:

1 семестр

1. Выписать права и обязанности студентов университета.
2. Описать свои представления об участии студента в общественной жизни университета.

3. Подготовка специалистов греко-римской борьбы в институтах физической культуры.
4. Выявить уровень результатов выступления в греко-римской борьбе у сильнейших борцов России и мира, а также динамику его изменения.
5. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
6. История спортивной борьбы (Древний период: Египет).
7. История спортивной борьбы (Древняя Греция).
8. Описать правила проведения соревнований по борьбе древних олимпиад.
9. Указать причины создания международной федерации по борьбе.
10. Расписать причины и условия создания Международной федерации по борьбе «Объединенный мир борьбы» - WWU.
11. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
12. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся борцов мира, СССР и России.
13. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся борцов России и мира.
14. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по греко-римской борьбе.
15. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
16. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
17. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по спортивной борьбе.
18. Описать многоуровневая классификационная схема техники спортивной борьбы.
19. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
20. Описать порядок образования полных названий приемов техники спортивной борьбы.
21. Основные понятия в спортивной борьбе (борьба, стойка, партери т.п.).
22. Выписать санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий борьбе.
23. Перерисовать схему конфликтного взаимодействия борцов и проанализировать ее.
24. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
25. Оборудование зала для борьбы для проведения тренировочного процесса и соревнований.
26. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в спортивной борьбе.
27. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов.
28. Основные термины, используемые при судействе соревнований по греко-римской борьбе.
29. Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
30. Изучение конспектов тренировочных занятий по греко-римской борьбе у личных тренеров.
31. Написание конспектов занятий по борьбе.
32. Проведение заключительных частей занятий по борьбе.

33. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях борьбе.
34. Расписать режим дня борцов.
35. Составление примерных конспектов занятий по греко-римской борьбе оздоровительной направленности.

2 семестр

1. Выделить основные характеристики техники греко-римской борьбы.
 2. Описать биомеханические структуры двигательных действий борца: прогибание, сбивание, забегание, вращение, скручивание, опрокидывание, кувыркание, сгибание, подворачивание, поворачивание.
 3. Изучить технические действия в стойке.
 4. Изучить технические действия в партере.
 5. Выписать тактическое проведения технических действий в стойке.
 6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
 7. Выписать тактическое проведения технических действий в партере.
 8. Методика обучения техники и тактики
 9. Расписать и привести примеры специальных упражнений, используемых для развития физических качеств.
 10. Описать и привести примеры подготовительных упражнений, используемых для развития физических качеств.
 11. Описать условия необходимые для воспитания физических качеств.
 12. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.
 13. Описать проведение педагогического эксперимента в спортивной борьбе.
 14. Выделить основные проблемы тренировки в спортивной борьбе.
 15. Привести пример дневника тренировок, который можно составить в Excel.
 16. Выделить основы построения тренировок в дневнике спортсмена.
 17. Описать объяснительно-иллюстративный метод обучения.
 18. Изучить психические качества борца, их воспитание посредством упражнений.
 19. Овладение техническими действиями и совершенствование их в различных условиях.
- Партер
- Перевороты скручиванием
1. Переворот рычагом.
 2. Переворот скручиванием захватом разноименной руки спереди - снизу (обратный ключ).
 3. Переворот скручиванием захватом шеи из-под дальнего плеча.
 4. Переворот скручиванием захватом предплечья изнутри.
 5. Переворот скручиванием за себя захватом рук сбоку.
 6. Переворот скручиванием захватом сбоку разноименных рук за плечи.
- Перевороты забеганием
1. Переворот забеганием с ключом и предплечьем на плече (на шее).
 2. Переворот забеганием захватом шеи из-под плеч.
- Перевороты переходом
1. Переворот переходом с ключом и захватом подбородка (другого плеча).
- Перевороты перекатом
1. Переворот перекатом захватом шеи и туловища снизу (сверху).

2. Переворот перекатом обратным захватом туловища.

Перевороты накатом

1. Переворот накатом (накат) захватом туловища.

2. Переворот накатом (накат) с ключом и захватом туловища сверху.

Перевороты прогибом

Переворот прогибом захватом на рычаг.

Броски наклоном

Бросок наклоном обратным захватом туловища.

Броски накатом

Бросок накатом захватом предплечья изнутри и туловища сверху.

Броски прогибом

1. Бросок прогибом обратным захватом туловища.

2. Бросок прогибом захватом туловища сзади.

Броски подворотом (бедро)

Бросок подворотом (бедро) захватом одноименной руки и туловища.

Удержания, уходы и контрприемы с уходом с моста

Удержания сбоку

1. Удержание захватом руки и шеи сбоку (с соединением и без соединения рук) сидя и лежа.

2. Удержание захватом руки и туловища сбоку (сидя и лежа).

Удержания со стороны головы

Удержание захватом шеи с плечом спереди. Уход с моста: переворот в сторону захваченной руки. Контрприем: переворот захватом шеи с плечом.

Стойка

Переводы рывком

1. Перевод рывком за руку.

2. Перевод рывком захватом шеи с плечом сверху.

Переводы нырком

1. Перевод нырком захватом шеи и туловища.

2. Перевод нырком захватом туловища.

Переводы вращением (вертушки)

1. Перевод вращением (вертушка) захватом руки сверху.

2. Перевод вращением (вертушка) захватом руки снизу.

3. Перевод вращением (вертушка) захватом разноименной руки снизу.

Переводы выседом

1. Перевод выседом захватом запястья и туловища через одноименное плечо.

Броски подворотом (бедро)

1. Бросок подворотом (бедро) захватом руки снизу (сверху) и шеи.

2. Бросок подворотом (бедро) захватом руки сверху (снизу) и туловища.

Броски наклоном

Бросок наклоном захватом туловища с рукой.

Броски поворотом (мельницы)

1. Бросок поворотом (мельница) захватом руки двумя руками на шее (одноименной рукой за запястье, разноименной - за плечо снаружи)

2. Бросок поворотом (мельница) захватом шеи сверху и одноименного плеча.

Броски прогибом

1. Бросок прогибом захватом туловища с рукой.

- 2. Бросок прогибом захватом руки и туловища.
- 3. Бросок прогибом захватом рук сверху.
- Сваливание сбиванием (сбивания)
 - 1. Сбивание захватом руки двумя руками.
 - 2. Сбивание захватом туловища.
- Сваливание скручиванием (скручивание)
- Скручивание захватом шеи с плечом.

6.1.2. Примерная тематика рефератов для студентов I курса очного обучения: 1 семестр

- 1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида спорта.
- 2. Изменения правил соревнований по греко-римской борьбе.
- 3. Основы техники греко-римской борьбы. Краткая характеристика техники в стойке и партере.
- 4. Характеристика спортивных баз Москвы и области на территории которых проходят занятия греко-римской борьбой.
- 5. Гигиенические требования к содержанию спортивного зала по греко-римской борьбе.
- 6. Основные правила обеспечения безопасного проведения занятий по греко-римской борьбе.
- 7. Оборудование мест для проведения соревнований по греко-римской борьбе.

2 семестр

- 1. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и juniоров.
- 2. Греко-римской борьба в системе физического воспитания.
- 3. Терминология технических действий в греко-римской борьбе.
- 4. Судейская терминология по греко-римской борьбе.
- 5. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе.
- 6. Разностороннее развитие личности средствами борьбы.
- 7. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами греко-римской борьбы.
- 8. Техника греко-римской борьбы в стойке.
- 9. Техника греко-римской борьбы в партере.
- 10. Тактика проведения одного технического действия.
- 11. Тактика проведения борцовского поединка
- 12. Тактика поведения борца на соревнованиях.

6.1.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

- 1. Характеристика греко-римской борьбы как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
- 2. Прикладное и воспитательное значение греко-римской борьбы.
- 3. Место греко-римской борьбы и в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта.
- 4. Система управления развитием греко-римской борьбы в стране.
- 5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию греко-римской борьбы. Источники финансирования подготовки спортсменов.
- 6. Федерация борьбы РФ (ФСБР): задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.

7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием борьбы в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение греко-римской борьбы.
10. Этапы развития греко-римской борьбы в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по греко-римской борьбе в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных борцов греко-римского стиля на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по греко-римской борьбе в нашей страны.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние греко-римской борьбы в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Оценка технических действий в стойке и партере по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по борьбе.
19. Требования к спортивной форме борца на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по борьбе.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в греко-римской борьбе.
24. Классификация технических борьбы.
25. Терминология техники спортивной борьбы и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в греко-римской борьбе.
27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по борьбе.
28. Иерархическое построение классификации техники спортивной борьбы и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники спортивной борьбы.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по спортивной борьбе.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе борцов.
33. Основные принципы подбора инвентаря для занятий по греко-римской борьбе.
34. Основные элементы содержания занятий по греко-римской борьбе.
35. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий борьбой и отражение данного воздействия на структуре учебно-тренировочного занятия.
36. Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
37. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
38. Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся видах.

39. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
40. Основы разностороннего развития занимающихся средствами борьбы.
41. Принципы построения занятий по борьбе оздоровительной направленности.
42. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.
43. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий борьбой на организм спортсменов.
44. Взаимосвязь техники и тактики при ведении борцовского поединка.
45. Механизм эффективности приемов техники в спортивной борьбе.
46. Биомеханические особенности техники спортивной борьбы
47. Фазовая структура техники бросков в спортивной борьбе.
48. Критерии оценки качества выполнения техники спортивной борьбы.
49. Роль "атакующего" и "атакованного" борцов в выполнении приемов техники на этапе изучения.
50. Цель и биомеханическая характеристика бросков, сваливаний, переводов, переворотов, удержаний.
51. Страховка и самостраховка в процессе выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
52. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой спортивной борьбой.
53. Особенности методики изучения техники спортивной борьбы в условиях учебной группы и индивидуально.
54. Методика и значение коррекции выполнения техники спортивной борьбы в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
55. Методика расширения разнообразия изучаемой техники спортивной борьбы в процессе ее повторения.
56. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники спортивной борьбы на примере бросков прогибом.
57. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники спортивной борьбы в стойке на примере бросков прогибом или подворотом.
58. Последовательность изучения техники спортивной борьбы в процессе многолетних занятий спортом.
59. Определение основных понятий: стратегия и тактика борьбы.
60. Стратегия многолетней спортивной деятельности в греко-римской борьбе.
61. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения борца в поединке в греко-римской борьбе.
62. Тактика участия в соревнованиях в греко-римской борьбе.
63. Тактика ведения схватки в греко-римской борьбе.
64. Тактика проведения приемов в греко-римской борьбе.
65. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
66. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
67. Значение тактики в подготовке борцов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
68. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
69. Составление тактического плана поединка.
70. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).
71. Средства и методы восстановления работоспособности борца и их применение на практике.
72. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.

73. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
74. Значение УИРС в подготовке бакалавров по борьбе в ИФК.
75. Методология научной деятельности.
76. Наиболее распространенные схемы исследований в греко-римской борьбе.
77. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.
78. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в греко-римской борьбе.

6.2.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в греко-римской борьбе.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению греко-римской борьбе.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения по борьбе.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешенных программ обучения при освоении греко-римской борьбы.
7. Составление примерных программ обучения в греко-римской борьбе.
8. Выписать из программы обучения США основные требования по физической, технической и спортивной подготовки для групп начальной подготовки.
9. Представить этапы многолетней подготовки по годам обучения в группах США по греко-римской борьбе.
10. Изучить диапазон спортивных результатов в многолетней подготовке борцов и возраст достижения КМС, МС, МСМК.
11. Придумать и описать несколько парных упражнений в борьбе.
12. Ознакомиться с фронтальной формой организации занимающихся при обучении.
13. Подготовить пример организации круговой тренировки при общефизической подготовке начинающих борцов.
14. Особенности организации и проведения соревнований с различным контингентом занимающихся.
15. Разработка и написание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.
16. Составление сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
17. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований.
18. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
19. Организация и проведение соревнований по борьбе.
20. Обязанности судей соревнований по греко-римской борьбе.
21. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.
22. Составить отчет о соревнованиях.

4 семестр

1. Написание учебного плана подготовки борцов 1-го года обучения в группе начальной подготовки.
2. Составление учебного плана подготовки борцов 2-го года обучения в группе начальной подготовки.

3. Подготовка учебного плана тренировки борцов 3-го года обучения в группе начальной подготовки.
4. Написание конспекта занятия по ОФП.
5. Составление конспекта занятия по обучению приемам в партере.
6. Подготовка конспекта занятия по обучению приемам в стойке.
7. Конспектирование занятия по с использованием подвижных игр.
8. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки борцов.
9. Написать по два упражнения с использованием борцовского манекена.
10. Конспектирование методических разработок с использованием тензоплатформы.
11. Расчетное определение целевых ЧСС-зон у борцов во время тренировки.
12. Прямое определение ЧСС макс у спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.

6.2.2. Примерная тематика рефератов для студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
2. Начальное обучение греко-римской борьбе.
3. Применение дидактических принципов при обучении в греко-римской борьбе.
4. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения греко-римской борьбе от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
5. Элементы программирования обучения в борьбе.
6. Положение о соревнованиях по греко-римской борьбе.
7. Смета на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
8. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований борьбе.
9. Медицинское обеспечение во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
10. Состав главной судейской коллегии соревнований по греко-римской борьбе и их функции.
11. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе.
12. Сценарии открытия и закрытия соревнований.
13. Отчет о проведении соревнований.
14. Сводный протокол результатов выступления участников соревнований.

4 семестр

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
2. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Использование технических средств при подготовке борцов.
4. Общая характеристика проявления одного из физических качеств в греко-римской борьбе.
5. Требования, предъявляемые спортивной борьбой к личности спортсмена.
6. Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.

6.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во IV семестре очной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Предмет и задачи обучения в греко-римской борьбе.

2. Применение дидактических принципов при обучении в греко-римской борьбе.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в греко-римской борьбе.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения греко-римской борьбе от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в греко-римской борьбе.
7. Определение готовности к обучению греко-римской борьбе: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в греко-римской борьбе; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в греко-римской борьбе.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в спортивной борьбе.
13. Организационные основы спортивной школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по греко-римской борьбе.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня по греко-римской борьбе.
17. Содержание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по греко-римской борьбе.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.
21. Главная судейская коллегия соревнований по греко-римской борьбе и ее функции.
22. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
23. Содержание отчета о соревнованиях.
24. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
25. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
26. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
27. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по борьбе в группах начальной подготовки.
28. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
29. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
30. Использование технических средств при подготовке борцов в различных частях тренировочного занятия.
31. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося греко-римской борьбой.
32. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся борьбой.
33. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
34. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.

35. Проявление силы в борьбе.
36. Проявление быстроты в греко-римской борьбе.
37. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
38. Энергетическое обеспечение выносливости.
39. Проявление выносливости в греко-римской борьбе.
40. Факторы, определяющие гибкость.
41. Измерение гибкости.
42. Активная и пассивная гибкость.
43. Проявление гибкости в греко-римской борьбе.
44. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
45. 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.
46. Координационные способности в греко-римской борьбе.
47. Ведущие ощущения и восприятия в греко-римской борьбе: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
48. Двигательные представления (идеомоторика) в борьбе.
49. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
50. Характер мыслительных задач.
51. Эмоциональные процессы и состояния.
52. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
53. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
54. Виды и качественные особенности волевых усилий в греко-римской борьбе. Особенности процессов реагирования.
55. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
56. Ориентирование в соревновательных ситуациях в греко-римской борьбе.
57. Характеристика основных методов исследования, используемых в греко-римской борьбе.
58. Особенности организации и проведения НИР в борьбе.
59. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
60. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
61. Применение апробированных методик проведения научных исследований в греко-римской борьбе.
62. Технология составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
63. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно-спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
64. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

Деловая игра

Тема: «Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по греко-римской борьбе».

6.3.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов III курса очного обучения:

5 семестр

1. Расписать тактику проведения борцовского поединка с более физически сильным противником.
2. Описание тактических вариантов проведения борцовского поединка с более техничным противником.
3. Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнований.
4. Определить основные тактические варианты выступлений в командных соревнованиях.
5. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.
6. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов спортивной тренировки применительно к греко-римской борьбе.
7. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в греко-римской борьбе.
8. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки борцов.
9. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки борцов.
10. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по греко-римской борьбе.
11. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
12. Подбор упражнений для совершенствования техники борьбы.
13. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в греко-римской борьбе.
14. Выбор подготовительных и основных технических действий наступательного, контратакующего и защитного стиля в зависимости от противника.
15. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании по греко-римской борьбе.
16. Разработать комплекс направленный на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов.
17. Разработать комплекс упражнений, направленный на укрепление опорно-двигательного аппарата борца.
18. Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.
19. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.
20. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-й год обучения в тренировочной группе СШ по греко-римской борьбе.
21. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации.
22. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.
23. Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 11-12 лет.
24. Тестирование в тренировочных группах 1-го и 2-го года обучения.
25. Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки.
26. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в учебно-тренировочные группы.

27. Подготовка протоколов тестирования борцов при зачислении их в группы спортивного совершенствования.

6 семестр

1. Ознакомиться с разделами специальной литературы касающихся специфики двигательной деятельности в греко-римской борьбе.
2. Анализ дневников спортсменов для определения интенсивности нагрузки по зонам мощности.
3. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов тренировочных групп СШ по греко-римской борьбе.
4. Описание особенностей противоборства в командных соревнованиях борцов.
5. Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования.
6. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой.
7. Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и спортивной подготовленности.
8. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения.
9. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 2-го года обучения.
10. Посетить тренировки юных борцов.
11. Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР.
12. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).
13. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.
14. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.
15. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).
16. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ.
17. Разработать рекомендации по улучшению работы СНО.
18. Написание доклада для представления материалов исследований.
19. Создание презентации к докладу на конференции.

6.3.2. Примерная тематика рефератов для студентов III курса очного обучения:

5 семестр

1. Стратегия и тактика в греко-римской борьбе.
2. Физические упражнения в греко-римской борьбе.
3. Методы тренировки в греко-римской борьбе.
4. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства в греко-римской борьбе.
5. Средства и методы технической подготовки в греко-римской борьбе, применение технических средств и специальной аппаратуры.
6. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе.
7. Управление психическим состоянием в процессе выступления на соревновании по греко-римской борьбе.
8. Содержание интеллектуальной подготовки борца.

6 семестр

1. Значение и виды соревнований в греко-римской борьбе.

2. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров греко-римской борьбе.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.
4. Основные пути отбора в греко-римской борьбе.
5. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах СШ по греко-римской борьбе.

6.3.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы спортивной тактики в греко-римской борьбе.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в греко-римской борьбе.
6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в греко-римской борьбе.
8. Сочетание упражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники борьбы, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе спортивной тренировки борцов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке борцов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении греко-римской борьбе.
12. Методы овладения техническими действиями в борьбе.
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 греко-римской борьбе.
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 греко-римской борьбе.
17. Содержание и особенности физической подготовки в греко-римской борьбе.
18. Роль и значение технической подготовки греко-римской борьбе для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по греко-римской борьбе.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.
21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в греко-римской борьбе, применение технических средств и специальной аппаратуры.
22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.
23. Цель и задачи психологической подготовки в греко-римской борьбе. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.
24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.
25. Применение средств и методов психологической подготовки в греко-римской борьбе

26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции в борьбе.
27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.
29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики греко-римской борьбы; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о спортивной деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии греко-римской борьбы в стране и мире.
30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.
31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
32. Значение и виды соревнований в греко-римской борьбе.
33. Структура соревновательной деятельности в греко-римской борьбе.
34. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе.
35. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
36. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
37. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
38. Основные пути отбора в греко-римской борьбе
39. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
40. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
41. Определение предрасположенности к занятиям греко-римской борьбой.
42. Анализ и прогноз спортивной одаренности (способности) ребенка к занятиям борьбой.
43. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в греко-римской борьбе.
44. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки борцов.
45. Принципы и методы обучения в греко-римской борьбе.
46. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
47. Требования стандартов спортивной подготовки в борьбе к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
48. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов.
49. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ спортивной подготовки в греко-римской борьбе с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.
50. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки греко-римской борьбе в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки борцов.
51. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.
52. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).
53. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области греко-римской борьбы.
54. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования

55. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.

56. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

6.3.4. Примерная тематика курсовых работ для студентов III курса очного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в греко-римской борьбе.
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными борцами.
3. Задачи, содержание и построение спортивной тренировки в греко-римской борьбе.
4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в греко-римской борьбе.
5. Этапы многолетней подготовки юных борцов.
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными борцами.
7. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки.
8. Цель и задачи психологической подготовки в борьбе.
9. Роль и значение тактической подготовки в борьбе.
10. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки борца.

6.4.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов IV курса очного обучения:

7 семестр

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 греко-римской борьбе.
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 СШ по греко-римской борьбе.
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 сборной команды России на чемпионате мира текущего года.
10. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате Европы текущего года.
11. Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним.
12. Построение динамики результатов сильнейших борцов греко-римского стиля за последние 4 года на чемпионатах России.
13. Выявление динамики результатов сильнейших в борцов греко-римского стиля за последние 4 года на чемпионатах мира.
14. Изменения личных результатов сильнейших борцов России среди мужчин на международных турнирах за текущий год, прогнозирование результатов выступления на чемпионате мира.
15. Ознакомление с режимом учебно-тренировочной работы и требованиями к физической, технической и спортивной подготовленности спортсменов групп спортивного совершенствования СШ по греко-римской борьбе.

16. Изучение содержания план-схемы годового цикла подготовки борцов и составление плана-схемы 2 и 3-го года обучения для группы спортивного совершенствования.

17. Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по греко-римской борьбе для групп спортивного совершенствования 1-го, 2-го и 3-го года обучения.

18. Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших борцов.

8 семестр

1. На основе изучения специальной литературы по греко-римской борьбе и видов спорта имеющих схожие соревновательные упражнения создать и структурировать по значимости список умений и навыков тренеров необходимый в тренировочном процессе по борьбе.

2. Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.

3. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по греко-римской борьбе.

4. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по греко-римской борьбе.

5. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера.

6. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.

7. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у борцов.

8. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей пассивной части опорно-двигательного аппарата у юных борцов.

9. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по греко-римской борьбе.

10. Создание образа греко-римской борьбы как комплексного вида спорта.

11. Сделать презентацию новой спортивной базы по греко-римской борьбе.

12. Посещение одной из СШ города Москвы или подмосковья. Выписать количество групп СШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения СШ.

13. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий борьбой.

14. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься греко-римской борьбой и наполняемости групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий борьбой.

15. Изучение специальной литературы посвященной питанию спортсменов.

16. Составить описание одной из методик углеводного насыщения перед главным стартом сезона.

17. Изучить особенности содержания питания спортсменов перед выступлениями.

18. Ознакомиться с основными подходами приема пищи при снижении веса.

19. Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. В тексте доклада находятся сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения.

20. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме.

21. Подготовить компьютерную презентацию ВКР.

22. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы.

23. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.

24. Изучение высказанных замечаний на апробации ВКР.

25. Анализ ответов на вопросы по ВКР.
26. Подготовка ответов на замечания рецензента.
27. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

6.4.2. Примерная тематика рефератов для студентов IV курса очного обучения:

7 семестр

1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе.
2. Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе.
3. Структура годичного цикла на этапе спортивного совершенствования.
4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе.
5. Построение моделей соревновательной деятельности борцов.

8 семестр

6. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по греко-римской борьбе.
7. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
8. Различные средства и методы восстановления спортивной работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки борцов.
9. Создание имиджа греко-римской борьбы.
10. Долгосрочное сбалансированное питание борцов.
11. Планирование питания при подготовке к ответственным соревнованиям.
12. Питание во время соревнований по греко-римской борьбе.

6.4.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в греко-римской борьбе.
3. Учет тренировочных нагрузок по греко-римской борьбе.
4. Виды контроля за состоянием борцов 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. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для греко-римской борьбы технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в греко-римской борьбе.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) борцов старших разрядов.
14. Годовое планирование в греко-римской борьбе.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.

18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в греко-римской борьбе.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в борьбе.
22. Динамика личных и командных результатов по греко-римской борьбе за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.
27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Требования стандарта спортивной подготовки в греко-римской борьбе для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки борца на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке борцов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.
34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по греко-римской борьбе в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства борцов.
35. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в борьбе.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших борцов России и мира.
38. Характеристика спортивной деятельности в греко-римской борьбе. Требования к отдельным сторонам подготовки борцов.
39. Требования к профессиональной подготовке тренера.
40. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
41. Классификация тренеров.
42. Оценка деятельности и личности тренера.
43. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.
44. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.
45. Механизм возникновения спортивной травмы.
46. Особенности протекания восстановления при занятиях греко-римской борьбой.

47. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
48. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
49. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки борцов.
50. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
51. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
52. 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.
53. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
54. Основные положения применения восстановительных средств в греко-римской борьбе.
55. Формирование мотивации к занятиям греко-римской борьбой.
56. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям греко-римской борьбой.
57. Умение формировать мотивацию к занятиям греко-римской борьбой.
58. Структурные элементы общественного мнения.
59. Функции формирования общественного мнения о греко-римской борьбе.
60. Создание имиджа греко-римской борьбе как олимпийского вида спорта.
61. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
62. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки борцов.
63. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных борцов.
64. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по греко-римской борьбе.
65. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
66. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в греко-римской борьбе.
67. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по греко-римской борьбе.
68. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
69. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
70. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

6.4.5. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в греко-римской борьбе.

2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки борцов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивной борьбе.
4. Методики повышения уровня подготовленности борцов.
5. Планирование тренировочных нагрузок в спортивной борьбе и их взаимовлияние.
6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по греко-римской борьбе.
7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе борцов.
8. Рационализация питания спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.
10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов греко-римской борьбы на различных этапах многолетней подготовки.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской борьбы»

а) Основная литература:

1. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо : учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М. : Советский спорт, 2011. - 448 с. - ISBN 978-5-9718-0515-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210482>;
2. Крикуха, Ю.Ю. Комплексный контроль в греко-римской борьбе : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха, Ю.В. Корягина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 150 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277199>;
3. Крикуха, Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 136 с. : ил., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277200>;
4. Кокурин, А.В. Подготовка борцов греко-римского стиля с учетом анатомо-физиологических особенностей организма : учебное пособие / А.В. Кокурин, А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4906-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362767>;
5. Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : [утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 72 с.
6. Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба) : метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов, обучающихся по направлению подгот. 034300.62 : профиль подгот. "Спорт. подгот." : утв. и рек. эмс ИСиФВ "РГУФКСМиТ" / [сост.: Игуменов В.М. [и др.]] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.

б. Дополнительная:

1. Спортивная борьба. Учебник для ИФК/Под общ.ред. А.П. Купцова.-М.:ФиС, 1978.-424 с.;
2. Игуменов, В.М., Подливаев, Б.А. Спортивная борьба: Учебник для студентов и учащихся фак.(отд-ий) физ. Воспитания пед. учебн. Заведений.-М.: Просвещение, 1993. – 240 с.;
3. Кожарский, В.П., Сорокин, Н.Н. Техника классической борьбы.- М.: ФиС,1978.- 280 с.;
4. Спортивная борьба (классическая, вольная, самбо):Учебник для ИФК/ Под ре. Н.М. Галковского, А.З. Катулина.-М.: ФиС,1968.- 584 с.;
5. Спортивная борьба: Учеб. пособие для техникумов и инст. ФК (пед. фак.)/ Под ред. Г.С. Туманяна.- М.: 1985.- 144 с.;
6. Гожин, В.В., Малков, О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования. — М.: Физкультура и Спорт, 2008. — 232 с.;
7. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. - 288 с.: илл.
8. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.II. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1998. - 280 с.: илл.
9. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.III. Методика подготовки. - М.: Советский спорт, 1998. - 400 с., илл.
10. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб. пособие : в 4-х кн. Кн.IV. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 2000. - 384 с., илл.

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

- Сайт Федерации спортивной борьбы России* - <http://wrestrus.ru/>
- Сайт FILA* - <http://www.fila-wrestling.com>
- Сайт CELA* - <http://www.cela-wrestling.org>
- *Медиацентр РГУФКСМиТ* - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/greko-rimskaya-borba>

– *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.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

8. 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование на тему: 1. История развития греко-римской борьбы в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по греко-римской борьбе. 3. Выполнение технических действий из различных групп. 4. Тактические приемы проведения технических действий.	5 неделя 9 неделя 28, 31 неделя 31, 35 неделя	3 3 3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование греко-римской борьбы как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по греко-римской борьбе. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в борьбе. 4. Организация и методика проведения частей занятия по греко-римской борьбе. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий по греко-римской борьбой. 6. Техника проведения приемов борцами греко-римского стиля в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 7. Тактический план проведения борцовского поединка 8. Оперативное восстановление	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 15 неделя 27 неделя 31 неделя 38 неделя	3 3 3 3 2 2 2 2

	функционального состояния борцов.		
4	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Описать правила проведения соревнований по борьбе на древних олимпиадах. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по греко-римской борьбе. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по греко-римской борьбе. 4. Оборудование борцовского зала для проведения тренировочного процесса и соревнований. 5. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность борцов. 6. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по борьбе. 7. Анализ санитарно-гигиенических требований для борцовских залов. 8. Анализ техники борьбы в стойке из подгруппы броски и сваливания. 9. Анализ техники борьбы в стойке из подгруппы переводы и наклоны. 10. Анализ техники борьбы в партере. 11. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке и партере. 12. Анализ оперативного восстановления состояния борца. 	<p>3 неделя</p> <p>5-7 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>12 неделя</p> <p>13 неделя</p> <p>24-26 недели</p> <p>28-31 недели</p> <p>32-35 недели</p> <p>36-40 недели</p> <p>40-42 неделя</p>	<p>2</p>
5	<p>Написание и защита рефератов по разделам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Греко-римская борьба в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по греко-римской борьбе 3. Структура тренировочного занятия в греко-римской борьбе. 4. Техника греко-римской борьбы в стойке. 5. Техника греко-римской борьбы в партере. 6. Тактика проведения технического действия. 7. План тренировок и занятий в университете в дневном и недельном циклах 	<p>2 неделя</p> <p>5-7 недели</p> <p>11-12 недели</p> <p>24-27 недели</p> <p>28-31 недели</p> <p>32-35 недели</p> <p>37-39 недели</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
7	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
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	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в греко-римской борьбе. 2. Организация процесса обучения в греко-римской борьбе. 3. Проявления физических качеств в греко-римской борьбе	10 неделя 14 неделя 37 неделя	3 3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в греко-римской борьбе. 2. Методики обучения тактике в греко-римской борьбе. 3. Программирование процесса обучения борцов. 4. Организация и проведение соревнований по греко-римской борьбе. 5. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки борцов. 6. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 7. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по греко-римской борьбе. 8. Методология исследовательской деятельности в греко-римской борьбе	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя 21 неделя 24 неделя 37 неделя 38 неделя	2 2 2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения в борьбе. 2. Освоение методики обучения технике бросков.	2-4 недели 5 неделя	2 2

	3. Методика обучения в тактики греко-римской борьбы.	6-9 недели	2
	4. Составление обучающих программ по греко-римской борьбе.		2
	5. Разработка и написание положения о соревнованиях по греко-римской борьбе.	10-12 недели	2
	6. Составление сметы на проведение соревнований по греко-римской борьбе.	13-14 недели	2
	7. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.	13-14 недели	2
	8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по греко-римской борьбе.	13-14 недели	2
	9. Организация и проведение командных соревнований по борьбе.	15-16 недели	2
	10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.	15-16 недели	2
	11. Применение разнообразных обще развивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения.	21-23 недели	2
	12. Изучение элементов техники борьбы в стойке и партере	22 неделя	2
	13. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.	23 неделя	2
	14. Применение тренажеров в тренировочном процессе борцов.	27 неделя	2
	15. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке.	28 неделя	2
	16. Организация и проведение НИР в греко-римской борьбе.	38-43 недели	2
5	Написание и защита рефератов по разделам:		
	1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по греко-римской борьбе.	13-16 недели	2
	2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по греко-римской борьбе.	13-16 недели	2
	3. Сценарии открытия и закрытия соревнований.	13-16 недели	2
	4. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся греко-римской борьбой.	24-31 недели	2
	5. Общая характеристика основных физических качеств.	32-37 недели	2
	6. Характеристика основных методов исследования в греко-римской борьбе.	38-43 недели	3
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 неделя	20
	Всего:		100

№	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям:		

	учебно-тренировочной группы 1-го года обучения 13. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.	36-40 недели	2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения. 2. Роль и значение тактической подготовки в греко-римской борьбе. 3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки борцов. 4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в греко-римской борьбе. 5. Характеристика тренировочных нагрузок в греко-римской борьбе. 6. Основные пути отбора в греко-римской борьбе.	1-6 недели 9-11 недели 38-43 недели 24-26 недели 24-26 недели 27-29 недели	2 2 2 2 2 2
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (греко-римская борьба)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в греко-римской борьбе. 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.	3 неделя 26 неделя	4 4
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся греко-римской борьбой. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в греко-римской борьбе. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в греко-римской борьбе. 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе. 6. Технологии восстановления спортсменов греко-римской борьбы. 7. Формирование общественного мнения о греко-римской борьбе через средства массовой информации. 8. Особенности применения фармакологии в греко-римской борьбе.	3 неделя 6 неделя 9 неделя 14 неделя 26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	2 2 2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны. 2. Прогнозирование спортивного результата в	1 неделя 5-6 неделя	2 2

	<p>греко-римской борьбе.</p> <p>3. Разработка дневных циклов тренировок по греко-римской борьбе.</p> <p>4. Разработка недельных циклов тренировок по греко-римской борьбе.</p> <p>5. Проведение тренировочных занятий по греко-римской борьбе в группах спортивного совершенствования</p> <p>6. Анализ результатов по греко-римской борьбе на чемпионатах мира и олимпийских играх.</p> <p>7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности.</p> <p>8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе борцов.</p> <p>9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.</p> <p>10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности борцов.</p> <p>11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность .</p> <p>12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.</p>	<p>8 неделя</p> <p>8 неделя</p> <p>8-9 недели</p> <p>12-16 недели</p> <p>26 неделя</p> <p>28 неделя</p> <p>31 неделя</p> <p>36 неделя</p> <p>36 неделя</p> <p>39 неделя</p>	<p>2</p>
5	<p>Написание рефератов на темы:</p> <p>1. Планирование подготовки в греко-римской борьбе.</p> <p>2. Прогнозирование спортивных результатов в греко-римской борьбе.</p> <p>3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>4. Особенности моделирования в греко-римской борьбе.</p> <p>5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по борьбе.</p> <p>6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по греко-римской борьбе.</p> <p>7. Создание имиджа современного борца.</p>	<p>5 неделя</p> <p>6 неделя</p> <p>7-9 недели</p> <p>14-16 недели</p> <p>23 неделя</p> <p>25-26 неделя</p> <p>32-35 недели</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	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 зачету.

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

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 единоборств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(греко-римская борьба)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6,7,8

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика греко-римской борьбы**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- 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 использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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)

- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика греко-римской борьбы»	1	4	14	54		
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в греко-римской борьбе»	1	4	16	52		
3	«Классификация, систематика и терминология в греко-римской борьбе»	1	4	16	34		
4	«Тренировочное занятие по греко-римской борьбе»	1	2	14	36		
5	«Оздоровительная направленность греко-римской борьбы»	1	2	12	40		
6	«Основы техники греко-римской борьбы»	2	6	20	46	Экзамен	
7	«Основы тактики греко-римской борьбы»	2	2	22	46		
8	«Рекреация в греко-римской борьбе»	2	2	14	56		
9	«Задачи и организация НИР и УИРС по греко-римской борьбе»	2	4	18	50		

10	«Семестровый экзамен для студентов первого курса	2			27		
11	«Методика обучения в греко-римской борьбе»	3	6	18	39		
12	«Методика обучения тактике в греко-римской борьбе»	3	4	18	14		
13	«Программирование процесса обучения борцов»	3	4	18	14		
14	«Организация и проведение соревнований»	3	4	18	14		
15	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	4	4	12	20	9	Экзамен
16	«Применение технических средств в тренировке борцов»	4	2	12	13		
17	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в греко-римской борьбе»	4	4	28	4		
18	«Методики исследования в греко-римской борьбе»	4	4	20	12		
19	«Семестровый экзамен для студентов второго курса	4			27		
20	«Спортивная тактика в греко-римской борьбе»	5	4	16	16		
21	«Средства и методы спортивной тренировки в греко-римской борьбе»	5	4	16	7		
22	«Виды подготовки борцов»	5	6	22	8		
23	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки борцов»	5	4	16	16		
24	«Объективные условия спортивной деятельности в греко-римской борьбе»	6	4	16	16	9	Экзамен, курсовая работа
25	«Отбор в процессе многолетней подготовки борцов»	6	4	18	14		
26	«Тренировочный этап (углубленная специализация)»	6	2	18	12		

	ация) многолетней подготовки борцов»						
27	«Подготовка выпускной квалификационной работы»	6	4	18	14		
28	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса				27		
29	«Управление подготовкой борцов»	7	4	14	36		
30	«Прогнозирование спортивных результатов борцов»	7	4	14	36		
31	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	7	4	14	18		
32	Модуль 32 «Моделирование спортивной деятельности борца»	7	2	16	18		
33	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»	7	4	14	-		
34	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по греко-римской борьбе»	8		8	10	9	Экзамен
35	«Рекреация борцов»	8	6	18	12		
36	«Агитация и пропаганда»	8	6	18	12		
37	«Фармакология в греко-римской борьбе»	8	6	18	12		
38	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	8		10	35		
39	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса	8			27		
Итого часов:			140	572	944	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 единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(дзюдо)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики единоборств
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Свищёв Иван Дмитриевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики единоборств ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

Дементьев Владимир Львович – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики единоборств ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

Дмитриева Ольга Владимировна – доцент кафедры теории и методики единоборств ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика греко-римской дзюдо» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Теория и методика дзюдо» 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 дзюдо.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 виду дзюдо виды спорта и др.

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-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов подготовки в избранном виде спорта. 			6 8 10
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и 			

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов подготовки 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 подготовки по виду спорта. 			
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста. 			2 10
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 			
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований. 			
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и 			4 6

	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 			
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 			4 8 10
	<p>Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>			
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 			1
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-деятельности. 			
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции. 			6 8

	<i>Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной конкуренции.</i>			
	<i>Владеть:</i> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции.			
ПК-10	<i>Знать:</i> - теоретико-методические основы ориентации и спортивного отбора на различных этапах подготовки; - методики отбора и ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.			6
	<i>Уметь:</i> - 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 ориентации в избранном виде спорта.			
	<i>Владеть: умением реализовывать систему отбора и ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</i>			
ПК-11	<i>Знать:</i> - федеральный стандарт 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.			3
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий; - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке			6 8

	<i>тренировочных планов (подготовки).</i>			
	<i>Владеть:</i> - 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 формы и уровня физической подготовленности.			
ПК-13	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена.			10
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.			8
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.			
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			
ПК-15	<i>Знать:</i> - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной деятельности;			10

	- эффективные средства и методы индивидуальной подготовки.			
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень подготовленности.			
	Владеть: - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной деятельности; - средствами и методами сохранения оптимального уровня подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия; - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.			
ПК-26	Знать: - технологию составления планов оснащения физкультурно- организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.			1 6
	Уметь: - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.			
	Владеть: - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.			
ПК-28	Знать: - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента;			4

	<i>Уметь:</i> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в современном пятиборье с использованием апробированных методик			
	<i>Владеть;</i> - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в дзюдо			
ПК-30	<i>Знать:</i> - методологии исследовательской деятельности в дзюдо			6
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.			8
	<i>Владеть:</i> - опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.			10

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)»

4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 220 часов, самостоятельная работа студентов – 1427 часов.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	1	6	16	158			
1.1	Модуль 1 (1,5 зачетных единиц – 54 часа) Введение в дисциплину «Теория и методика дзюдо»		2	4	48		Семинар	

1.2	Модуль 2 (1,5 зачетных единицы - 54 часа) «Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в дзюдо»		2	6	46		Семинар
1.3	Модуль 3 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Классификация, систематика и терминология в дзюдо»		2	6	64		Фронтальный письменный Семинар
I курс	Всего: 216 часов (6 зачетных единиц)	2	6	16	185	9	Экзамен
1.4	Модуль 4 (2,5 зачетных единицы – 90 часов) «Тренировочное занятие по дзюдо»		4	6	80		Фронтальный письменный Семинар
1.5	Модуль 5 (2,5 зачетных единицы – 90 часов) «Оздоровительная направленность дзюдо»		2	10	78		Семинар
1.6	Модуль 6 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 324 часа (11 зачетных единиц)			12	32	343	9	
II курс	Всего: 90 часов (2,5 зачетных единиц)	3	6	16	68		
2.1	Модуль 7 (1,5 зачетных единицы – 54 часов) «Основы техники дзюдо»		4	10	40		Семинар
2.2	Модуль 8 (1 зачетная единица– 36 часов) «Основы тактики дзюдо»		2	6	28		Семинар
II курс	Всего: 252 часов (7 зачетных единиц)	4	6	16	221	9	Экзамен
2.3	Модуль 9 (3 зачетных единицы – 108 часов) «Рекреация в дзюдо»		4	8	96		Семинар

2.4	Модуль 10 (3 зачетных единиц – 108 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по дзюдо»		2	8	98		Фронтальный устный
2.5	Модуль 11 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 342 часов (9,5 зачетных единиц)			12	32	289	9	
III курс	Всего:144 часа (4 зачетных единицы)	5	6	16	122		
3.1	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения в дзюдо»		2	4	30		Семинар
3.2	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Методика обучения тактике в дзюдо»		2	4	30		Семинар
3.3	Модуль 14 (1 зачетная единица – 36 часов) «Программирование процесса обучения дзюдоистов»		2	4	30		Фронтальный письменный
3.4	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация и проведение соревнований»			4	32		Фронтальный устный
III курс	Всего:108 часов (3 зачетных единицы)	6	6	16	77	9	Экзамен
3.5	Модуль 16 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»		2	4	12		Фронтальный практический
3.6	Модуль 17 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Применение технических средств в тренировке дзюдоистов»		2	4	12		Выборочный устный
3.7	Модуль 18		2	4	12		Семинар

	(0,5 зачетных единицы-18 часов) «Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в дзюдо»						
3.8	Модуль 19 (0,5 зачетных единицы - 18 часов) «Методики исследования в дзюдо»			4	14		Индивидуальный письменный
3.9	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 288 часов (8 зачетных единиц)			12	32	199	9	
IV курс	Всего:270 часов (7,5 зачетных единиц)	8	12	32	217	9	Экзамен, курсовая работа
4.1	Модуль 21 (1 зачетная единица - 36 часа) «Спортивная тактика в дзюдо»		2	4	30		Устный выборочный
4.2	Модуль 22 (1зачетная единица – 36 часа) «Средства и методы тренировки в дзюдо»		2	4	30		Семинар
4.3	Модуль 23 (01 зачетная единица – 36 часов) «Виды подготовки дзюдоистов»		2	4	30		Семинар
4.4	Модуль 24 (0,5 зачетных единицы – 18 часа) «Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»		2	4	12		Фронтальный практический
4.5	Модуль 25 (0,5 зачетных единицы – 18 часов) «Объективные условия деятельности в дзюдо»			4	14		Семинар
4.6	Модуль 26 (0,5 зачетных единицы –		2	4	12		Семинар

	18 часов) «Отбор в процессе многолетней подготовки дзюдоистов»						
4.7	Модуль 27 (1 зачетная единица - 36 часов) «Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»		2	4	30		Фронтальный практический
4.8	Модуль 28 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Подготовка выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный письменный
4.9	Модуль 29 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 270 часов (7,5 зачетных единиц)			12	32	217	9	
V курс	Всего:432 часа (12 зачетных единиц)	10	12	32	379		Экзамен
5.1	Модуль 30 (1 зачетная единица – 36 часов) «Управление подготовкой дзюдоистов»		2	2	32		Семинар
5.2	Модуль 31 (2 зачетных единицы– 72 часа) «Прогнозирование спортивных результатов дзюдоистов»		2	4	66		Выборочный письменный
5.3	Модуль 32 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»		2	6	64		Фронтальный практический
5.4	Модуль 33 (1 зачетная единица – 36 часов) «Моделирование деятельности дзюдоиста»		2	4	30		Фронтальный письменный

5.5	Модуль 34 (1 зачетная единица - 36 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по дзюдо»		2	4	30		Семинар
5.6	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) «Рекреация дзюдоистов»		2	4	30		Семинар
5.7	Модуль 36 (1 зачетная единица– 36 часов) «Агитация и пропаганда»			2	34		Фронтальный письменный
5.8	Модуль 37 (1 зачетная единица – 36 часов) «Фармакология в дзюдо»			2	34		Выборочный письменный
5.9	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			4	32		Фронтальный устный
5.10	Модуль 39 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов пятого курса»				27	9	Экзамен
Всего за V курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			12	32	379	9	
Всего за курс: 1692 часа (47 зачетных единиц)			60	160	1427	45	

Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей 3 дня подготовки и 1 день на экзамен.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)»

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))

5.11. Тестирование для оценки уровня знаний по темам:**1 семестр**

1. История развития дзюдо в нашей стране и мире.

2 семестр

1. Тренировочное занятие по дзюдо.

3 семестр

1. Выполнение бросков из различных групп.
2. Выполнение переводов и сваливаний из различных групп.
3. Выполнение технических действий в партере
4. Тактические приемы проведения технических действий.

4 семестр

1. Методы проведения современных научных исследований.

5 семестр

1. Методика обучения в дзюдо.
2. Организация процесса обучения в дзюдо.

6 семестр

1. Проявления физических качеств в дзюдо.

8 семестр

1. Методика обучения в дзюдо.
2. Организация процесса обучения в дзюдо.
3. Объективные условия деятельности в дзюдо
4. Структура соревновательной деятельности дзюдоиста

10 семестр

1. Тренировочные нагрузки в дзюдо.
2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по дзюдо.

5.1.2. Выступления на семинарских занятиях по темам:**1 семестр**

1. Формирование дзюдо как олимпийского вида.
2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по дзюдо.
3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в дзюдо.

2 семестр

1. Организация и методика проведения частей занятия по дзюдо.
2. Оздоровительный эффект от любительских занятий по дзюдо.

3 семестр

1. Техника проведения приемов дзюдоистами дзюдо в учебно-тренировочных и соревновательных поединках.
2. Тактический план проведения дзюдоистовского поединка
3. Оперативное восстановление функционального состояния дзюдоистов.

4 семестр

1. Оперативное восстановление функционального состояния дзюдоистов.
2. Общая схема организации исследований.

5 семестр

1. Методики обучения в дзюдо.
2. Методики обучения тактике в дзюдо.
3. Программирование процесса обучения дзюдоистов.
4. Организация и проведение соревнований по дзюдо.

6 семестр

1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки дзюдоистов.
2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо.
3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по дзюдо.
4. Методология исследовательской деятельности в дзюдо.

8 семестр

1. Особенности применения методов тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки.
2. Виды подготовки дзюдоистов.
3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки дзюдоистов.
4. Объективные условия деятельности в дзюдо.
5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных дзюдоистов.
6. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.

10 семестр

1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся дзюдо.
2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в дзюдо.
3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования.
4. Значение моделирования деятельности и его особенности в дзюдо.
5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по дзюдо.
6. Технологии восстановления спортсменов дзюдо.
7. Формирование общественного мнения о дзюдо через средства массовой информации.
8. Особенности применения фармакологии в дзюдо.

5.1.3. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов:

1 семестр

1. Выявить уровень результатов выступления в дзюдо у сильнейших дзюдоистов России и мира, а также динамику его изменения.

2. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся дзюдо.
3. История дзюдо (Япония).
4. Описать правила проведения соревнований по дзюдо древних олимпиад.
5. Указать причины создания международной федерации по дзюдо.
6. Расписать причины и условия создания Международной федерации по дзюдо
7. Этапы развития дзюдо в нашей стране.
8. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся дзюдоистов мира, СССР и России.
9. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по дзюдо.
10. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
11. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
12. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по дзюдо.
13. Описать многоуровневая классификационная схема техники дзюдо.
14. Терминология техники дзюдо и ее разновидности.
15. Описать порядок образования полных названий приемов техники дзюдо.
16. Основные понятия в дзюдо (борьба, стойка, партер и т.п.).

2 семестр

1. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
2. Оборудование зала для дзюдо для проведения тренировочного процесса и соревнований.
3. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в дзюдо.
4. Основные термины, используемые при судействе соревнований по дзюдо.
5. Изучение конспектов тренировочных занятий по дзюдо у личных тренеров.
6. Написание конспектов занятий по дзюдо.
7. Проведение заключительных частей занятий по дзюдо.
8. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях дзюдо.
9. Расписать режим дня дзюдоистов.
10. Составление примерных конспектов занятий по дзюдо оздоровительной направленности.

3 семестр

1. Выделить основные характеристики техники дзюдо.
2. Описать биомеханические структуры двигательных действий дзюдоиста: прогибание, сбивание, забегание, вращение, скручивание, опрокидывание, кувыркание, сгибание, подворачивание, поворачивание.
3. Изучить технические действия в стойке.
4. Изучить технические действия в партере.
5. Выписать тактико-техническое проведения технических действий в стойке.
6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
7. Выписать тактико-техническое проведения технических действий в партере

4 семестр

1. Использование средств восстановления в период соревнований
2. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок
- 3.. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.
4. Описать проведение педагогического эксперимента в дзюдо.
5. Выделить основные проблемы тренировки в дзюдо.

5 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в дзюдо.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению дзюдо.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения в дзюдо.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешанных программ обучения при освоении дзюдо.
7. Методика обучения техники и тактики в дзюдо.
8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо.
9. Организация и проведение соревнований в дзюдо.
10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.

6 семестр

1. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения.
2. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.
3. Написание учебного плана подготовки дзюдоистов 1-го – 3 – го годов обучения в группах начальной подготовки.
4. Применение тренажеров в тренировочном процессе дзюдоистов.
5. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке дзюдоистов.
6. Организация и проведение НИР в дзюдо.

8 семестр

1. Использование основных и дополнительных средств тренировки дзюдоистов.
2. Применение методов тренировки в дзюдо.
3. Особенности применения методов тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки.
4. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в дзюдо.
5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в дзюдо.
6. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).
7. Анализ компонентов соревновательной деятельности в дзюдо.
8. Оценка воздействия тренировочных нагрузок на дзюдоистов.
9. Средства и методы отбора в дзюдо.
10. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся дзюдо.
11. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения
12. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.

10 семестр

1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны
2. Прогнозирование спортивного результата выступления спортсменов в дзюдо
3. Разработка дневных циклов тренировок по дзюдо.
4. Разработка недельных циклов тренировок по дзюдо.
5. Проведение тренировочных занятий по дзюдо в группах спортивного совершенствования
6. Анализ результатов выступлений дзюдоистов дзюдо на чемпионатах мира и олимпийских играх
7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности
8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе дзюдоистов.
9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику
10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности дзюдоистов.
11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность.
12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.

5.1.4. Написание и защита рефератов по темам**1 семестр**

1. Дзюдо в системе физического воспитания.
2. Оборудование мест для проведения соревнований по дзюдо.

2 семестр

1. Структура тренировочного занятия в дзюдо.
2. Занятия дзюдо оздоровительной направленности.

3 семестр

1. Техника дзюдо в стойке.
2. Техника дзюдо в партере.
3. Тактика проведения технического действия.

4 семестр

1. Основные средства и методы восстановления работоспособности дзюдоистов.
2. Научное обеспечение подготовки дзюдоистов.

5 семестр

1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по дзюдо.
2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по дзюдо.
3. Сценарии открытия и закрытия соревнований.

6 семестр

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо.
2. Общая характеристика основных физических качеств.
3. Характеристика основных методов исследования в дзюдо.

8 семестр

1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.
2. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо.
3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.
4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в дзюдо.
5. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо.
6. Основные пути отбора в дзюдо.

10 семестр

1. Планирование подготовки в дзюдо.
2. Прогнозирование спортивных результатов в дзюдо.
3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
4. Особенности моделирования в дзюдо.
5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.
6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.
7. Создание имиджа современного дзюдоиста.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика дзюдо как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение дзюдо.
3. Место дзюдо и в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта.
4. Система управления развитием дзюдо в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию дзюдо. Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация дзюдо РФ : задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием дзюдо в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение дзюдо.
10. Этапы развития дзюдо в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по дзюдо в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных дзюдоистов дзюдо на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по дзюдо в нашей страны.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние дзюдо в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.

16. Оценка технических действий в стойке и партере по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по дзюдо.
19. Требования к форме дзюдоиста на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по дзюдо.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в дзюдо.
24. Классификация технических действий.
25. Терминология техники дзюдо и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в дзюдо.
27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по дзюдо.
28. Иерархическое построение классификации техники дзюдо и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники дзюдо.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по дзюдо.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе дзюдоистов.
33. Основные элементы содержания занятий по дзюдо.
34. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий дзюдо.
35. Специфика содержания учебного занятия по дзюдо.
36. Специфика содержания учебно-тренировочного занятия по дзюдо.
37. Специфика содержания тренировочного занятия по дзюдо.
38. Специфика содержания контрольного занятия по дзюдо.
39. Специфика содержания соревновательного занятия по дзюдо.
40. Специфика содержания урочной формы организации занятий по дзюдо.
41. Специфика содержания внеурочной формы организации занятий по дзюдо.
42. Специфика содержания индивидуальной формы организации занятий по дзюдо.
43. Специфика содержания индивидуально-групповой формы организации занятий по дзюдо.
44. Специфика содержания групповой формы организации занятий по дзюдо.
45. Специфика содержания основной части тренировочных занятий по дзюдо.
46. Специфика содержания подготовительной части тренировочных занятий по дзюдо.
47. Специфика содержания заключительной части тренировочных занятий по дзюдо.
48. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха.
49. Самодисциплина дзюдоиста, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
50. Значение волевых качеств дзюдоистов в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности.
51. Способность противостоять неудачному выступлению в начале соревнования и компенсировать это успешным выступлением в последующих поединках..
52. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
53. Основы разностороннего развития занимающихся средствами дзюдо.
54. Принципы построения занятий по дзюдо оздоровительной направленности.
55. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях.

56. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма.
57. Длительное сохранение высокой работоспособности.
58. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий дзюдо на организм спортсменов.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Взаимосвязь техники и тактики при ведении дзюдоистовского поединка.
2. Механизм эффективности приемов техники в дзюдо.
3. Биомеханические особенности техники дзюдо
4. Фазовая структура техники бросков в дзюдо.
5. Критерии оценки качества выполнения техники дзюдо.
6. Роль "атакующего" и "атакованного" дзюдоистов в выполнении приемов техники на этапе изучения.
7. Цель и биомеханическая характеристика бросков, сваливаний, переводов, переворотов, удержаний.
8. Страховка и самостраховка в процессе выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
9. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой дзюдо.
10. Особенности методики изучения техники дзюдо в условиях учебной группы и индивидуально.
11. Методика и значение коррекции выполнения техники дзюдо в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
12. Методика расширения разнообразия изучаемой техники дзюдо в процессе ее повторения.
13. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники дзюдо на примере бросков прогибом.
14. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники дзюдо в стойке на примере бросков прогибом или подворотом.
15. Последовательность изучения техники дзюдо в процессе многолетних занятий спортом.
16. Определение основных понятий: стратегия и тактика дзюдо.
17. Стратегия многолетней деятельности в дзюдо.
18. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения дзюдоиста в поединке в дзюдо.
19. Тактика участия в соревнованиях в дзюдо.
20. Тактика ведения схватки в дзюдо.
21. Тактика проведения приемов в дзюдо.
22. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
23. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
24. Значение тактики в подготовке дзюдоистов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
25. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
26. Составление тактического плана поединка.
27. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).

28. Средства и методы восстановления работоспособности дзюдоиста и их применение на практике.
29. Цель и задачи рекреации в дзюдо.
30. Принципы рекреационной тренировки в дзюдо.
31. Основные средства восстановления используемые в дзюдо.
32. Использование нетрадиционных средств восстановления в процессе тренировочного занятия.
33. Формы физической рекреации применяемые в дзюдо.
34. Медикаментозные средства восстановления в дзюдо.
35. Особенности восстановления после растяжений в дзюдо.
36. Особенности восстановления после повреждения суставов в дзюдо.
37. Особенности восстановления после переломов в дзюдо.
38. Использование средств восстановления в период соревнований.
39. Использование средств восстановления в тренировочный период.
40. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
41. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
42. Значение УИРС в подготовке бакалавров по дзюдо в ИФК.
43. Методология научной деятельности.
44. Использование метода анализа литературных источников в исследованиях по дзюдо.
45. Использование метода анкетирования в исследованиях по дзюдо.
46. Использование метода экспертных оценок источников в исследованиях по дзюдо.
47. Использование метода опроса в исследованиях по дзюдо.
48. Использование метода педагогического эксперимента в исследованиях по дзюдо.
49. Использование методов математической статистики в исследованиях по дзюдо.
50. Использование метода наблюдения источников в исследованиях по дзюдо.
51. Использование технических средств в исследованиях по дзюдо.
52. Наиболее распространенные схемы исследований в дзюдо.
53. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в дзюдо.
54. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в дзюдо.

5.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре заочной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Предмет и задачи обучения в дзюдо.
2. Применение дидактических принципов при обучении в дзюдо.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в дзюдо.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения дзюдо от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в дзюдо.
7. Определение готовности к обучению дзюдо: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в дзюдо; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в дзюдо.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.

12. Особенности программирования процесса обучения в дзюдо.
13. Организационные основы школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по дзюдо.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня по дзюдо.
17. Содержание положения о соревнованиях по дзюдо.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по дзюдо.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по дзюдо.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо.
21. Главная судейская коллегия соревнований по дзюдо и ее функции.
22. Организация и проведение соревнований по дзюдо.
23. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
24. Содержание отчета о соревнованиях.

Деловая игра

Тема: «Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по дзюдо».

26. Содержание и формы воспитательной работы с юными дзюдоистами.
27. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
28. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
29. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по дзюдо в группах начальной подготовки.
30. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
31. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
32. Использование технических средств при подготовке дзюдоистов в различных частях тренировочного занятия.
33. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося дзюдо.
34. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся дзюдо.
35. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
36. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
37. Проявление силы в дзюдо.
38. Проявление быстроты в дзюдо.
39. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
40. Энергетическое обеспечение выносливости.
41. Проявление выносливости в дзюдо.
42. Факторы, определяющие гибкость.
43. Измерение гибкости.
44. Активная и пассивная гибкость.
45. Проявление гибкости в дзюдо.
46. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.

47. 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.
48. Координационные способности в дзюдо.
49. Ведущие ощущения и восприятия в дзюдо: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
50. Двигательные представления (идеомоторика) в дзюдо.
51. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
52. Характер мыслительных задач.
53. Эмоциональные процессы и состояния.
54. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
55. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
56. Виды и качественные особенности волевых усилий в дзюдо. Особенности процессов реагирования.
57. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
58. Ориентирование в соревновательных ситуациях в дзюдо.
59. Характеристика основных методов исследования, используемых в дзюдо.
60. Особенности организации и проведения НИР в дзюдо.
61. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
62. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
63. Применение апробированных методик проведения научных исследований в дзюдо.
64. Технология составления планов оснащения физкультурно- спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
65. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно- спортивной экипировки, инвентаря, оборудования.
66. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы тактики в дзюдо.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы тактики в дзюдо.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в дзюдо.
6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в дзюдо.
8. Сочетание упражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники дзюдо, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе тренировки дзюдоистов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке дзюдоистов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении дзюдо.
12. Методы овладения техническими действиями в дзюдо.

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 дзюдо.
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 дзюдо.
17. Содержание и особенности физической подготовки в дзюдо.
18. Роль и значение технической подготовки дзюдо для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по дзюдо.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.
21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в дзюдо, применение технических средств и специальной аппаратуры.
22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.
23. Цель и задачи психологической подготовки в дзюдо. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.
24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.
25. Применение средств и методов психологической подготовки в дзюдо
26. Методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции в дзюдо.
27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции.
28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.
29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики дзюдо; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии дзюдо в стране и мире.
30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.
31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
32. Значение и виды соревнований в дзюдо.
33. Структура соревновательной деятельности в дзюдо.
34. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо.
35. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
36. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
37. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
38. Основные пути отбора в дзюдо
39. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
40. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.

41. Определение предрасположенности к занятиям дзюдо.
42. Анализ и прогноз одаренности (способности) ребенка к занятиям дзюдо.
43. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и ориентации в дзюдо.
44. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки дзюдоистов.
45. Принципы и методы обучения в дзюдо.
46. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.
47. Требования стандартов подготовки в дзюдо к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
48. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.
49. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ подготовки в дзюдо с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.
50. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки дзюдо в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки дзюдоистов.
51. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.
52. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).
53. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области дзюдо.
54. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования
55. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.
56. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

5.2.5. Примерная тематика курсовых работ для студентов IV курса заочного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в дзюдо.
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными дзюдоистами.
3. Задачи, содержание и построение тренировки в дзюдо.
4. Этапы многолетней подготовки юных дзюдоистов.
5. Содержание и формы воспитательной работы с юными дзюдоистами.
6. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки.
7. Цель и задачи психологической подготовки в дзюдо.
8. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо.
9. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки дзюдоистов.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в X семестре заочной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.

2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в дзюдо.
3. Учет тренировочных нагрузок по дзюдо.
4. Виды контроля за состоянием дзюдоистов 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. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для дзюдо технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в дзюдо.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) дзюдоистов старших разрядов.
14. Годовое планирование в дзюдо.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в дзюдо с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в дзюдо.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в дзюдо.
22. Динамика личных и командных результатов по дзюдо за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.
27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Требования стандарта подготовки в дзюдо для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки дзюдоиста на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке дзюдоистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.

34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по дзюдо в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства дзюдоистов.
35. Значение и задачи моделирования деятельности. Особенности моделирования в дзюдо.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших дзюдоистов России и мира.
38. Характеристика деятельности в дзюдо. Требования к отдельным сторонам подготовки дзюдоистов.
39. Требования к профессиональной подготовке тренера.
40. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
41. Классификация тренеров.
42. Оценка деятельности и личности тренера.
43. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.
44. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.
45. Механизм возникновения травмы.
46. Особенности протекания восстановления при занятиях дзюдо.
47. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
48. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
49. Применение различных средства и методы восстановления работоспособности для оптимизации подготовки дзюдоистов.
50. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
51. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
52. 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.
53. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
54. Основные положения применения восстановительных средств в дзюдо.
55. Формирование мотивации к занятиям дзюдо.
56. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям дзюдо.
57. Умение формировать мотивацию к занятиям дзюдо.
58. Структурные элементы общественного мнения.
59. Функции формирования общественного мнения о дзюдо.
60. Создание имиджа дзюдо как олимпийского вида спорта.
61. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
62. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки дзюдоистов.
63. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных дзюдоистов.
64. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по дзюдо.

65. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
66. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в дзюдо.
67. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по дзюдо.
68. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
69. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
70. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

5.2.7. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в дзюдо.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки дзюдоистов.
3. Модели соревновательной деятельности в дзюдо.
4. Методики повышения уровня подготовленности дзюдоистов.
5. Планирование тренировочных нагрузок в дзюдо и их взаимовлияние.
6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по дзюдо.
7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе дзюдоистов.
8. Рационализация питания спортсменов занимающихся дзюдо.
9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся дзюдо.
10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов дзюдо на различных этапах многолетней подготовки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика дзюдо»

а) Основная литература:

- 1) учебник для ВПО «Теория и практика дзюдо», авторов Шестакова В.Б., Ерегина С.В. – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.;
- 2) Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спорт. фак-тов педагогических ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю.А. Шулика [и др.]. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.
- 3) Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.
- 4) Дзигаро Кано. Кодокан дзюдо / Дзигаро Кано. Учебник – Ростов н/Д: Изд-во Феникс, 2000. – 448 с.

б) дополнительная литература: учебное пособие «Спортивная борьба» в четырех томах, автора Туманяна Г.С.- 1998.

- 1) учебник «Спортивная борьба».- «ФиС».- 1978. – 289с.
- в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

- 2) Гожин В.В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: учебник для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования / В.В. Гожин, О.Б. Малков. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 232 с.
- 3) Гожин В.В. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единодзюдоиста / В.В. Гожин, В.Л. Дементьев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая культура, 2009. – 240 с.
- 4) Дементьев В.Л. Профессиональная тактико-техническая подготовка специалистов-тренеров по дзюдо / В.Л. Дементьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 108 с.
- 5) Дементьев В.Л. Регулирование веса тела дзюдоиста: учеб. пособие / В.Л. Дементьев, В.М. Игуменов, А.В. Шевцов. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 144 с.
- 6) Дементьев В.Л. Специализированные восприятия дзюдоиста / В.Л. Дементьев, В.В. Гожин, А.Ю. Лушников. – М.: Физическая культура, 2011. – 288 с.
- 7) Дзюдо: базовая технико-тактическая подготовка. Для начинающих: учеб. пособие для ст-тов образоват. учреждений сред. проф. образования: доп. М-вом образования РФ / под общ. ред. Ю.А. Шулика, Я.К. Коблева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 237 с.
- 8) Дзюдо: Методические материалы эксперимента, дополненная учебная программа для детей, подростков, молодежи, взрослых / авт.-сост.: Свищев И.Д. [и др.]. – М.: СпортУниверГрупп, 2004. – 82 с.
- 8) Дзюдо. Учебная программа для учреждений дополнительного образования / Авт.-сост. И.Д. Свищев [и др.]. – М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.
- 9) Ерегина С.В. Дзюдо: программа подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2006. – 212 с.
- 10) Ерегина С.В. Дзюдо: программа для учреждений дополнительного образования и спортивных клубов / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2009. – 268 с.
- 11) Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
- 12) Туманян Г.С. Поэтапное освоение технико-тактических действий в дзюдо: метод. разработ. для слушателей ВШТ, ФПК и ст-тов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, В.Л. Дементьев. – М., 1990. – 40 с.
- 13) Туманян Г.С. Унифицированные критерии для оценки технико-тактической подготовленности дзюдоистов: метод. разработ. для студентов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, Я.К. Коблев, В.Л. Дементьев; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. – 24 с.
11. Свищёв И.Д. Умения и их значимость у студентов при освоении учебной дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта» / Галочкин Н.В., Чувилин В.А. – «Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности». – М., № 2(24). – 2012. – С.42-46
12. Свищёв И.Д. Модульный подход в разработке учебной программы «Теория и методика избранного вида спорта» / И.Д. Свищёв. – «Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности». – М., № 1(23). – 2012. – С.36-38
13. Свищёв И.Д. Компоненты моторно-двигательного интеллекта дзюдоиста / И.Д. Свищёв. – «Спортивный психолог». – М., № 2. – 2012. – С.45-51.
14. Свищёв И.Д. «Интеграция научных знаний и практики в совершенствовании содержания конкретного вида единоборства»
15. Игуменов В.М. Анализ факторов подготовки единоборцев высокого класса / В.М. Игуменов. – Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 12. – С.60-64.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
 - Сайт Федерации дзюдо России - <http://wrestrus.ru/>
 - Сайт CELA - <http://www.cela>

- Медиацентр РГУФКСиМТ - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta>

– *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.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 32 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование на тему: 1. История развития дзюдо в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по дзюдо		4 4
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование дзюдо как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по дзюдо. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в дзюдо. 4. Организация и методика проведения частей занятия по дзюдо. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий по дзюдо.		3 3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Описать правила проведения соревнований по дзюдо на древних олимпиадах. 2. Составить хронологию изменения правил соревнований по дзюдо. 3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по дзюдо. 4. Оборудование дзюдоистовского зала для проведения тренировочного процесса и соревнований. 5. Выписать основные термины,		3 3 3 3

	характеризующие соревновательную деятельность дзюдоистов. 6. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по дзюдо. 7. Анализ санитарно-гигиенических требований для залов. 8. Описать оздоровительные эффекты от занятий дзюдо. 9. Провести анализ выполнения технических действий одного из ведущих дзюдоистов дзюдо.		3 3 3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Дзюдо в системе физического воспитания. 2. Оборудование мест для проведения соревнований по дзюдо. 3. Структура тренировочного занятия в дзюдо. 4. Занятия дзюдо оздоровительной направленности		5 5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
7	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 зачету.

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) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств
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	Тестирование по темам: 1. Выполнение технических действий из различных групп. 2. Тактические приемы проведения технических действий. 3. Методы проведения современных научных исследований.		6 6 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Техника проведения приемов дзюдоистами дзюдо в учебно-тренировочных и соревновательных поединках. 2. Тактический план проведения дзюдоистовского поединка 3. Оперативное восстановление функционального состояния дзюдоистов. 4. Оперативное восстановление функционального состояния дзюдоистов. 5. Общая схема организации исследований.		3 3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы броски и сваливания. 2. Анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы переводы и наклоны. 3. Анализ техники дзюдо в партере. 4. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке и партере. 5. Выбор направления исследовательской деятельности и формулирование рабочего		3 3 3 3

	названия темы 6. Составление индивидуального и рабочего планов исследовательской деятельности. 7. Определение предполагаемых результатов, которые могут быть получены в результате исследований.		3 3 3
5	Написание и защита рефератов по разделам: 1. Техника дзюдо в стойке. 2. Техника дзюдо в партере. 3. Тактика проведения технического действия. 4. План тренировок и занятий в университете на дневной и недельный циклы. 5. Основные средства и методы восстановления работоспособности дзюдоистов. 6. Научное обеспечение подготовки дзюдоистов.		3 3 3 3 3 4
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		20
7	Всего:		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

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 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-	2		3	4	5	

цифровое выражение оценки	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование знаний по модулям: 1.. Методика обучения в дзюдо. 2. Организация процесса обучения в дзюдо. 3..Проявления физических качеств в дзюдо.		2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в дзюдо. 2. Методики обучения тактике в дзюдо. 3. Программирование процесса обучения дзюдоистов. 4. Организация и проведение соревнований по дзюдо. 5. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки дзюдоистов. 6. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо. 7. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по дзюдо. 8. Методология исследовательской деятельности в дзюдо		3 3 3 3 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Анализ построения процесса обучения в		2

	<p>дзюдо.</p> <p>2. Освоение методики обучения технике бросков.</p> <p>3. Методика обучения в тактики дзюдо.</p> <p>4. Составление обучающих программ по дзюдо.</p> <p>5. Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.</p> <p>6. Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.</p> <p>7. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований.</p> <p>8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо.</p> <p>9. Организация и проведение командных соревнований по дзюдо.</p> <p>10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.</p> <p>11. Применение разнообразных общеразвивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения.</p> <p>12. Изучение элементов техники дзюдо в стойке и партере</p> <p>13. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе.</p> <p>14. Применение тренажеров в тренировочном процессе дзюдоистов.</p> <p>15. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке.</p> <p>16. Организация и проведение НИР в дзюдо.</p>		<p>2</p>
5	<p>Написание и защита рефератов по разделам:</p> <p>1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по дзюдо.</p> <p>2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по дзюдо.</p> <p>3. Сценарии открытия и закрытия соревнований.</p> <p>4. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо.</p> <p>5. Общая характеристика основных физических качеств.</p> <p>6. Характеристика основных методов исследования в дзюдо.</p>		<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
6	Сдача экзамена (рубежный 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	2
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	2
3	Презентация по теме пропущенного занятия	2

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 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) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в дзюдо. 2. Организация процесса обучения в дзюдо. 3. Объективные условия деятельности в дзюдо 4. Структура соревновательной деятельности дзюдоиста		2 2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки дзюдоистов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки дзюдоистов. 4. Объективные условия деятельности в дзюдо. 5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных дзюдоистов. 6. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.		2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Использование основных и дополнительных средств тренировки дзюдоистов. 2. Применение методов тренировки в дзюдо. 3. Особенности применения методов тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки. 4. Практическое выполнение упражнений		3 3 3

	общей и специальной физической подготовки в дзюдо.		3
	5. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в дзюдо в стойке.		3
	6. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в дзюдо в партере.		3
	7. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).		3
	8. Анализ компонентов соревновательной деятельности в дзюдо.		3
	9. Оценка воздействия тренировочных нагрузок.		3
	10. Средства и методы отбора в дзюдо.		3
	11. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся дзюдо.		3
	12. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения		3
	13. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.		3
			2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения. 2. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо. 3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов. 4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в дзюдо. 5. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо. 6. Основные пути отбора в дзюдо.		2
			2
			2
			2
			2
			2
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		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>	2
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	2

3	Презентация по теме пропущенного занятия	2
---	--	---

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 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) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 3 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 10 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	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в дзюдо 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по дзюдо.		2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся дзюдо. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в дзюдо. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования деятельности и его особенности в дзюдо. 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по дзюдо. 6. Технологии восстановления спортсменов дзюдо. 7. Формирование общественного мнения о дзюдо через средства массовой информации. 8. Особенности применения фармакологии в дзюдо.		2 2 2 2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды ведомства, страны. 2. Прогнозирование спортивного результата в		3 3

	<p>дзюдо.</p> <p>3. Разработка дневных циклов тренировок по дзюдо.</p> <p>4. Разработка недельных циклов тренировок по дзюдо.</p> <p>5. Проведение тренировочных занятий по дзюдо в группах спортивного совершенствования</p> <p>6. Анализ результатов по дзюдо на чемпионатах мира и олимпийских играх.</p> <p>7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности.</p> <p>8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе дзюдоистов.</p> <p>9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.</p> <p>10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности дзюдоистов.</p> <p>11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность .</p> <p>12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.</p>		<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>
5	<p>Написание рефератов на темы:</p> <p>1. Планирование подготовки в дзюдо.</p> <p>2. Прогнозирование спортивных результатов в дзюдо.</p> <p>3. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>4. Особенности моделирования в дзюдо.</p> <p>5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.</p> <p>6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.</p> <p>7. Создание имиджа современного дзюдоиста.</p>		<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)		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>	2
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	2
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	2

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 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 единоборств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(дзюдо)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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 2015г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6,8,10

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика дзюдо**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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 подготовки (ОПК-3);

способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной конкуренции (ПК-9);

способность реализовывать систему отбора и 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);

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 деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15)
- способность планировать оснащение физкультурно-организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):
Заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика дзюдо»	1	2	4	48	9	Экзамен
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в дзюдо»	1	2	6	46		
3	«Классификация, систематика и терминология в дзюдо»	1	2	6	64		
4	«Тренировочное занятие по дзюдо»	2	4	6	80		
5	«Оздоровительная направленность дзюдо»	2	2	10	78		
6	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»	2			27		
7	«Основы техники дзюдо»	3	4	10	40	9	Экзамен
8	«Основы тактики дзюдо»	3	2	6	28		
9	«Рекреация в дзюдо»	4	4	8	96		

10	«Задачи и организация НИР и УИРС по дзюдо»	4	2	8	98		
11	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27		
12	«Методика обучения в дзюдо»	5	2	4	30		
13	«Методика обучения тактике в дзюдо»	5	2	4	30		
14	«Программирование процесса обучения дзюдоистов»	5	2	4	30		
15	«Организация и проведение соревнований»	5		4	32		
16	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	6	2	4	12	9	Экзамен
17	«Применение технических средств в тренировке дзюдоистов»	6	2	4	12		
18	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств в дзюдо»	6	2	4	12		
19	«Методики исследования в дзюдо»	6		4	14		
20	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27		
21	«Спортивная тактика в дзюдо»	8	2	4	30	9	Экзамен, курсовая работа
22	«Средства и методы тренировки в дзюдо»	8	2	4	30		
23	«Виды подготовки дзюдоистов»	8	2	4	30		
24	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»	8	2	4	12		
25	«Объективные условия деятельности в дзюдо»	8		4	14		
26	«Отбор в процессе многолетней подготовки дзюдоистов»	8	2	4	12		
27	«Тренировочный этап (углубленная	8	2	4	30		

	специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»						
28	«Подготовка выпускной квалификационной работы»	8		4	32		
29	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»	8			27		
30	«Управление подготовкой дзюдоистов»	10	2	2	32	9	Экзамен
31	«Прогнозирование спортивных результатов дзюдоистов»	10	2	4	66		
32	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	10	2	4	64		
33	Модуль 32 «Моделирование деятельности дзюдоиста»	10	2	4	30		
34	«Профессионально- педагогическая деятельность тренера по дзюдо»	10	2	4	30		
35	«Рекреация дзюдоистов»	10	2	4	30		
36	«Агитация и пропаганда»	10		2	34		
37	«Фармакология в дзюдо»	10		2	34		
38	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	10		4	32		
39	«Семестровый экзамен для студентов пятого курса»	10			27		
Итого часов:			60	160	1427	45	

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 единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта
(дзюдо)**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТИМ единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 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:

Свищёв Иван Дмитриевич – доктор педагогических наук, профессор
кафедры ТИМ единоборств РГУФКСМиТ;

Дементьев Владимир Львович – доктор педагогических наук, профессор
кафедры ТИМ единоборств РГУФКСМиТ;

Дмитриева Ольга Владимировна – старший преподаватель кафедры ТИМ
единоборств РГУФКСМиТ.

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

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика дзюдо» является: изучение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 "Физическая культура" для работы в спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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. Преподается на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Теория и методика дзюдо» 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 дзюдо.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 греко-римской борьбы виды спорта и др.

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-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта;	4		

	<ul style="list-style-type: none"> - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	6 7		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки 	2 6		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	7		
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста. 	1 8		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста. 	4		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов. 	4		
ОПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 3 4 2		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское 	6 6 4		

	сопровождение соревнований.			
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	6 6		
ОПК-11	Знать: - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	2 4 5 6		
	Уметь: - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы.	1 6 8 7		
	Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	8		
ПК-8	Знать: - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1 4 3		
	Уметь: - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.	5 2		
	Владеть: - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ	3		

	<p>спортивной тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	6		
	<p>2</p>			
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	4		
		5		
	<p>Уметь: использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>	4		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	5		
		3		
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	6		
		4		
		8		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	7		
		8		
		6		
		4		
	<p>Владеть: умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	8		
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта; - закономерности становления спортивного мастерства и 	3		

	<p>формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	6		
		7		
		8		
		7		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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		
		7		
		8		
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	8		
		8		
		8		
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	7		
		8		
		8		
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	8		
		4		
		7		
		8		
	<p>Владеть: способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>	6		
ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; - средства и методы физической, технической и 	3		
		4		

	тактической подготовки в избранном виде спорта.			
	Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	6 7		
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	2 2		
ПК-15	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7 8		
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	6 7		
	Владеть: - 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.	2 5 8		
ПК-26	Знать: - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	2 4 6		
	Уметь: - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования; - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к	8 2 3 4		

	профессиональной деятельности.			
	Владеть: - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.	4 8		
ПК-28	Знать: - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов.	2 3 4 7 8		
	Уметь: - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик; - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся.	8 8 7 6		
	Владеть: - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ; - навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности.	2 4 5 6 5		
ПК-30	Знать: - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	4		
	Уметь: - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и	6 7		

	индивидуальные особенности занимающихся.			
	Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	8		

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (греко-римской борьбы)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Контроль	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС			
I курс	Всего:306 час (8,5 зачетных единиц)	1	18	72	216			
1.1	Модуль 1 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Обучение дзюдоистов»		4	14	54		Семинар	
1.2	Модуль 2 (2 зачетных единицы - 72 часов) ««Воспитание дзюдоистов»		4	16	52		Семинар	
1.3	Модуль 3 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Управление сферой дзюдо»		4	16	34		Фронтальный письменный Семинар	
1.4	Модуль 4 (1,5 зачетная единица – 54 часа) «Деятельность субъектов сферы дзюдо»		2	14	36		Фронтальный письменный Семинар	
1.5	Модуль 5 (1,5 зачетных единицы – 54 часов) Обучение технике дзюдо»		2	12	40		Семинар	
I курс	Всего:324 часов (7,5 зачетных единиц)	2	18	72	255	9	Экзамен	

1.6	Модуль 6 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Обучение тактике дзюдо»		6	20	46		Семинар
1.7	Модуль 7 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Биомеханические особенности выполнения приемов в дзюдо»		2	22	46		Семинар
1.8	Модуль 8 (2 зачетная единица – 72 часов) «Воспитание физических качеств дзюдоистов»		2	14	56		Семинар
1.9	Модуль 9 (2 зачетных единицы – 72 часа) «Воспитание психических качеств дзюдоистов»		4	18	50		Фронтальный устный
1.10	Модуль 10 (1 зачетная единица – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 630 часов (17,5 зачетных единиц)			36	144	441	9	
II курс	Всего:171 часо (4,75 зачетных единиц)	3	18	72	81		
2.1	Модуль 11 (1,75 зачетная единица – 63 часа) «Проведение соревнований по дзюдо»		6	18	39		Семинар
2.2	Модуль 12 (1 зачетная единица – 36 часов) «Спортивная ориентация и отбор в дзюдо»		4	18	14		Семинар
2.3	Модуль 13 (1 зачетная единица – 36 часов) «Восстановительные мероприятия»		4	18	14		Фронтальный письменный

2.4	Модуль 14 (1 зачетная единица - 36 часов) «Функциональные системы организма и профилактика травматизма»		4	18	14		Фронтальный устный
II курс	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
2.5	Модуль 15 (1 зачетная единица - 36 часов) «Формирование компетенций к научно-исследовательской деятельности»		4	12	20		Фронтальный практический
2.6	Модуль 16 (0,75 зачетных единицы - 27 часов) «Организация процесса совершенствования технико-тактической подготовки дзюдоистов»(триады)		2	12	13		Выборочный устный
2.7	Модуль 17 (1 зачетная единица - 36 часов) «Организация процесса совершенствования физической подготовки дзюдоистов»(гиперутяжеления)		4	28	4		Семинар
2.8	Модуль 18 (1 зачетная единица - 36 часов) « Организация процесса совершенствования психологической подготовки дзюдоистов»		4	20	12		Индивидуальный письменный
2.9	Модуль 19 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 342 часов (9,5 зачетных единиц)			32	144	157	9	
III курс	Всего:162 часа (3,75 зачетных единиц)	5	18	70	47		
3.1	Модуль 20 (1 зачетная единица - 36 часов)		4	16	16		Устный выборочный

	часов) «Планирование видов подготовки дзюдоистов»						
3.2	Модуль 21 (0,75 зачетная единица – 27 часов) «Управление многолетней подготовкой дзюдоистов»		4	16	7		Семинар
3.3	Модуль 22 (1 зачетная единица – 36 часа) «Формирование компетенций тренерской деятельности» к		6	22	8		Семинар
3.4	Модуль 23 (1 зачетная единица – 36 часов) «Формирование компетенций педагогической деятельности» к		4	16	16		Фронтальный практический
III курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	6	18	70	83	9	Экзамен, курсовая работа
3.5	Модуль 24 (1 зачетная единица – 36 часов) «Формирование компетенций рекреационной деятельности» к		4	16	16		Семинар
3.6	Модуль 25 (1 зачетная единица - 36 часов) «Формирование компетенций организационно-управленческой и культурно-просветительной видов деятельности» к и видов		4	18	14		Семинар
3.7	Модуль 26 (1 зачетная единица - 36 часов) «Воспитательная работа в ВУЗах и учреждениях дополнительного образования – СШ, СШОР, УОР»		6	18	12		Фронтальный практический
3.8	Модуль 27 (1 зачетные единицы – 36 часов) «Обследование		4	18	14		Фронтальный письменный

	соревновательной деятельности дзюдоистов»						
3.9	Модуль 28 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 315 часов (9,5 зачетных единиц)			36	140	130	9	
IV курс	Всего:162 часов (5,5 зачетных единиц)	7	18	72	108		
4.1	Модуль 29 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Подготовка выпускной квалификационной работы»		4	14	36		Семинар
4.2	Модуль 30 (1,5 зачетных единицы – 54 часа) «Научно- методическое и программное обеспечение процесса работы с контингентом 6-17 летнего возраста, ветеранами, с лицами с ограниченными возможностями»		4	14	36		Выборочный письменный
4.3	Модуль 31 (1 зачетная единица – 36 часов) «Обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности»		4	14	18		Фронтальный практический
4.4	Модуль 32 (1 зачетная единица – 36 часов) «Теория и методика спортивной тренировки дзюдоистов»		2	16	18		Фронтальный письменный
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетной единицы - 18 часов) «Моделирование соревновательного поединка и соревновательного дня»		4	14	-		Семинар
IV курс	Всего:207 часов (5,75 зачетных единиц)	8	18	72	108	9	Экзамен
4.5	Модуль 33 (0,5 зачетных единицы -			8	10		Семинар

	18 часов) «Современные технологии подготовки дзюдоистов»						
4.6	Модуль 34 (1 зачетная единица – 36 часов) «Разработка проекта подведения состояния готовности дзюдоиста к конкретному соревнованию»		6	18	12		Семинар
4.7	Модуль 35 (1 зачетная единица – 36 часов) Рекреация. Допинг контроль		6	18	12		Фронтальный письменный
4.8	Модуль 36 (1 зачетная единица – 36 часов) Тренажерные приспособления в дзюдо		6	18	12		Выборочный письменный
4.9	Модуль 37 (1,25 зачетных единицы - 45 часов) Тенденции развития дзюдо в мире			10	35		Фронтальный устный
4.10	Модуль 38 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 405 часов (11,25 зачетных единиц)			36	144	216	9	
Всего за курс: 1692 часов			140	572	944	36	

5. Образовательные технологии

Методы обучения включают в себя *методы преподавания* (средства, приемы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приемы, способы усвоения учебного материала; репродуктивные и продуктивные приемы учения и самоконтроля в их взаимосвязи). С помощью методов обучения в соответствии с поставленной целью реализуются и преподавание и учение.

Преподаватель призван обучать студентов, а сами студенты в созданных преподавателем обучающих ситуациях, овладевают системой знаний, умений и навыков.

Освоение материала студентами в учебном процессе проходит на теоретических (лекции), семинарских, практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На теоретических занятиях (лекциях) студентам сообщаются основные теоретические сведения по разделам и темам курса.

На практических занятиях студенты осваивают методику преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в дзюдо, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности. Эти умения и навыки в дальнейшем совершенствуются в процессе тренерской практики по специальности.

Единицей учебного процесса является учебная тема, так как она сохраняет все его структурные особенности. Структура каждого занятия (урока) определяется целью и местом этого занятия в системе учебной темы. Материал любой темы должен быть разделен на основной, имеющий значение для последующего обучения, и дополнительный материал.

Учебная деятельность состоит из трех этапов:

- 1) вводно-мотивационный этап (уяснить тему, понять значение темы, определить основные задачи);
- 2) операционно-познавательный этап (изучить и освоить содержание темы, овладеть знаниями, умениями, навыками);
- 3) рефлексивно-оценочный этап (обобщить изученный материал темы).

При изучении любой темы должны иметь место все три указанных этапа.

Формирование содержания и объема учебной программы подготовки бакалавра по дзюдо основано на необходимости отразить основные черты изучаемой проблемы (в частности проблемы подготовки студента), а также решить задачи достижения во времени конечной цели, оценить степень соответствия содержания образования с требованиями реальной действительности (современной практики).

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки бакалавра реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

«Выездные» тренировки – это интенсивные формы коллективного обучения в режиме «погружения» в профессиональную среду. Студенты получают возможность упорядочить знания, развить практические навыки групповой работы, обменяться опытом и установить деловые связи.

Деловая игра – метод имитации (подражания, изображения) принятия решений и выполнения действий тренерами, судьями и руководителями спортивных структур в различных искусственно созданных ситуациях при проведении тренировочных занятий, соревнований и.п.

Дискуссия – форма учебной работы, в рамках которой студенты высказывают свое мнение по проблеме, заданной преподавателем. Проведение дискуссий по проблемным вопросам подразумевает написание студентами рефератов по предложенным тематикам.

Круглый стол – один из наиболее эффективных способов для обсуждения острых, сложных и актуальных на текущий момент вопросов в любой профессиональной сфере, обмена опытом и творческих инициатив. Такая форма позволяет лучше усвоить материал, найти необходимые решения в процессе эффективного диалога.

Метод кейс-стади – обучение, при котором студенты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении тактических ситуаций или задач, решаемых с использованием различных разновидностей действий. При данном методе обучения студент самостоятельно вынужден принимать решение применить определенные действия и обосновать их эффективность в соревновательной деятельности.

Метод проектов – это комплексный метод обучения, результатов которого является создание какого-либо продукта или явления. В основе учебных проектов лежат исследовательские методы обучения (самостоятельная работа студентов, работа в рамках научного кружка).

Тестирование – контроль знаний с помощью тестов, которые состоят из условий (вопросов) и вариантов ответов для выбора (самостоятельная работа студентов).

Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении.

В рамках учебного курса предусмотрены встречи с представителями российской и международной федераций дзюдо, государственных и общественных организаций, мастер-классы олимпийских чемпионов по дзюдо и их тренеров.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

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.

6.1.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов I курса очного обучения:

1 семестр

1. Выписать права и обязанности студентов университета.
2. Описать свои представления об участии студента в общественной жизни университета.
3. Подготовка специалистов дзюдо в институтах физической культуры.
4. Выявить уровень результатов выступления в дзюдо у сильнейших дзюдоистов России и мира, а также динамику его изменения.
5. Получение данных о возрасте участников финалов Чемпионатов России и мира, как показателя спортивного долголетия спортсменов занимающихся дзюдо.
6. История дзюдо (Древний период: Египет).
7. История дзюдо (Древняя Греция).
8. Описать правила проведения соревнований по дзюдо олимпиад.
9. Указать причины создания международной федерации по дзюдо.
10. Расписать причины и условия создания Международной федерации по дзюдо .
11. Этапы развития дзюдо в нашей стране.
12. Написать краткий хронологический конспект выступлений выдающихся дзюдоистов мира, СССР и России.
13. Создать рейтинговый список по количеству побед на чемпионатах мира десятки выдающихся дзюдоистов России и мира.
14. Составить хронологию изменения основных позиций в правилах соревнований по дзюдо.
15. Определить трех тренеров, спортсмены которых наибольшее количество раз побеждали на чемпионатах мира и играх олимпиад.
16. Международная терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
17. Упорядочение множества предметов и явлений, встречающихся в деятельности тренера по дзюдо.
18. Описать многоуровневая классификационная схема техники дзюдо.
19. Терминология техники дзюдо и ее разновидности.
20. Описать порядок образования полных названий приемов техники дзюдо.
21. Основные понятия в дзюдо (борьба, стойка, партер т.п.).
22. Выписать санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий дзюдо.
23. Перерисовать схему конфликтного взаимодействия дзюдоистов и проанализировать ее.

24. Требования к личному инвентарю спортсменов для участия в соревнованиях.
25. Оборудование зала для дзюдо для проведения тренировочного процесса и соревнований.
26. Виды инвентаря и оборудования необходимые для обеспечения учебно-тренировочного процесса в дзюдо.
27. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность дзюдоистов.
28. Основные термины, используемые при судействе соревнований по дзюдо.
29. Изучение особенностей функциональных сдвигов в организме спортсменов, занимающихся дзюдо.
30. Изучение конспектов тренировочных занятий по дзюдо у личных тренеров.
31. Написание конспектов занятий по дзюдо.
32. Проведение заключительных частей занятий по дзюдо.
33. Сбор материала к докладу и подготовка презентации по технике безопасности на занятиях дзюдо.
34. Расписать режим дня дзюдоистов.
35. Составление примерных конспектов занятий по дзюдо оздоровительной направленности.

2 семестр

1. Выделить основные характеристики техники дзюдо.
2. Описать биомеханические структуры двигательных действий дзюдоиста: прогибание, сбивание, забегание, вращение, скручивание, опрокидывание, кувыркание, сгибание, подворачивание, поворачивание.
3. Изучить технические действия в стойке.
4. Изучить технические действия в партере.
5. Выписать тактическое проведения технических действий в стойке.
6. Выделить педагогические требования к объяснению и демонстрации простых и сложных технико-тактических действий.
7. Выписать тактическое проведения технических действий в партере.
8. Методика обучения техники и тактики
9. Расписать и привести примеры специальных упражнений, используемых для развития физических качеств.
10. Описать и привести примеры подготовительных упражнений, используемых для развития физических качеств.
11. Описать условия необходимые для воспитания физических качеств.
12. Разработка плана проведения научно-исследовательской работы.
13. Описать проведение педагогического эксперимента в дзюдо.
14. Выделить основные проблемы тренировки в дзюдо.
15. Привести пример дневника тренировок, который можно составить в Excel.
16. Выделить основы построения тренировок в дневнике спортсмена.
17. Описать объяснительно-иллюстративный метод обучения.
18. Изучить психические качества дзюдоиста, их воспитание посредством упражнений.
19. Овладение техническими действиями и совершенствование их в различных условиях.

Нагэ-вадза. Техника бросков.

<i>Тачи-вадза.</i> Техника бросков в стойке	<i>Тэ-вадза.</i> Броски, проводимые с акцентирующими действиями руками
<i>Тачи-вадза.</i> Техника бросков в стойке	<i>Коши-вадза.</i> Броски, проводимые с акцентирующими действиями туловищем
<i>Тачи-вадза.</i> Техника бросков в стойке	<i>Аши-вадза.</i> Броски, проводимые с акцентирующими действиями ногами
<i>Сутэми-вадза.</i> Техника бросков, проводимых с падением бросающего	<i>Ма-сутэми-вадза.</i> Броски с падением (на спину)
<i>Сутэми-вадза.</i> Техника бросков, проводимых с падением бросающего	<i>Еко-сутэми-вадза.</i> Броски с падением (на бок)

Катамэ-вадза. Техника сковывающих действий. **Осаэкоми-вадза.** Техника удержаний.

Кансэтсу-вадза. Техника болевых приемов. **Шимэ-вадза.** Техника удушающих приемов

Основы терминологии дзюдо

Группы приемов.

«**ВАДЗА**» - техника, прием, приемы; «**ТАЧИ**» - стоя, в стойке;

«**СУТЭМИ**» - с падением, в падении.

«**КАЭШИ**» - контрприем. Глагол «каэсу» берется в значении «отвечать», «отплачивать», то «каэши» означает контрприем, а если он берется в значении «опрокидывать» - то опрокидывание переворотом;

«**НАГЭ**» - существительное, производное от глагола «нагэру» - «бросать», «кидать». Глагол «нагэру» означает бросок по восходяще-нисходящей траектории. Естественно, при проведении броска типа «нагэ» тори сначала приподнимает укэ, а уже затем сбрасывает его на татами;

«**ОТОШИ**» - существительное, производное от глагола «отосу» - «опускать сверху вниз», «ронять», «сбрасывать». При проведении «отоши» тори не приподнимает укэ, чтобы затем бросить его на татами, а проводит бросок с резким понижением собственного центра массы тела, сразу направляя тело укэ сверху вниз;

«КУРУМА» («гурума») - «колесо».

«МАКИКОМИ» - существительное, производное от глагола «макикому» - «свертывать», «скатывать». В бросках этого типа, проводимых с падением, тори начинает атаку с мощного поворота спиной к противнику, выводя противника из равновесия и вовлекая его в движение, как бы «наматывая» его туловище на свое, и бросает его.

«КАРИ» («гари») – существительное от глагола «кару» - «срезать серпом». Тори атакует ногу (ноги) укэ ударом своей ногой или рывком руками к себе по направлению стоп укэ;

«ХАРАИ» («бараи») – существительное, производное от глагола «хараи» - «мести метлой». Тори атакует ногу укэ ударом своей ноги сбоку перпендикулярно направлению стопы укэ;

«КАКЭ» («гаке») – существительное, производное от глагола «какэри» - «цеплять крючком», «прилагать к». Тори использует зацеп ноги укэ своей ногой, который, в отличие от «хараи», не носит активного характера. В данном случае зацеп нужен для того; чтобы не дать противнику перешагнуть ногой и восстановить равновесие, а сам бросок проводится либо за счет рывка руками в сочетании со скручиванием туловища, либо за счет использования своего веса;

«ВАКАРЭ» - существительное, производное от глагола «вакарэри» - «разделяться», «расходиться на разные стороны». В бросках этого типа, проводимых с падением на бок, тори использует рывок туловищем от противника, чтобы провести бросок, используя массу своего тела;

«ТАОШИ» («даоши») – существительное, производное от глагола «таосу»- «валить (стоящее)», «опрокидывать». Глагол «таосу» обозначает толкающее движение от себя, воздействующее на верхушку стоящего вертикально предмета, не закрепленного внизу;

«ХАСАМИ» («басами») –существительное, производное от глагола «хасами»-«резать ножницами»;

«АГЭ» - существительное, производное от глагола «агэру»-«поднимать»;

«СУКАШИ» - существительное, производное от глагола «сукаси» «оставлять просвет», «делать просвет», означающее пропуск атакующего движения противника;

«ШИМЭ» - «удушение»; «КАНСЭТСУ» - «болевые приемы»; «ТАИ» - «туловище»;«ТЭ» - «рука» («руки»);«АШИ» - «нога» («ноги»);«КОШИ» (ГОШИ) - «окружность туловища в районе пояса»,«поясница», «бедра»;

«СЭ» - «спина»; «КАТА» - «плечо» («плечи»); «МАТА» - «бедро» («верхняя часть ноги»); «ХИДЗА» - «колени» («колени»); «КИБИСУ» - «пятка» («пятки»); «ХАРА» - «живот»; «ВАКИ» - «подмышка»; «УДЭ» - «рука в области локтя». «СОДЭ» - «рукав» («рукава»); «ОБИ» - «пояс»;

«ЭРИ» - «воротник», «отворот»; «ХАДАКА» - «голый», «без одежды»

«МА» (МАЭ) - «вперед», «прямо»; «УШИРО» - «назад»; «ЁКО» - «вбок», «в горизонтальном направлении»; «УРА» - «спереди назад», «за спину»;

«СУМИ» - «во внутренний угол»; «СОТО» - «снаружи», «наружный»;
 «УЧИ» - «изнутри», «внутренний»;
 «О» - букв, «большой», терминологически «дальней ногой», «по большой траектории»; «КО» - букв, «малый», «маленький», терминологически «ближней ногой», «АО» - маленькой траектории, «МОРО» - «обе (руки)», «обеими (руками)»; «ИППОН» - «одна (рука)», «одну (руку)»;
 «РЕ»- «две», «двумя». «ДЭ» - «делающая шаг вперед». «ХИКИ» - срединная форма глагола «хики» - «тянуть «тащить на себя»; «ЦУРИ» - срединная форма глагола «цури» - «подсекать (рыбу, попавшую на крючок)» означает рывок противника вверх, выводящий его из равновесия и заставляющий его подняться на носки; «ОСАЭ» - «оказывать давление сверху вниз», «прижимать»; «КОМИ» - срединная форма глагола «кому», который в сложных глаголах указывает на направленность действия внутрь, в терминах дзюдо, соответственно, означает действие, направленное на выбивание части тела противника с позиции; «ЦУРИКОМИ» - «выбивание после выведения из равновесия рывком вверх»;
 «ХИККОМИ» - «выбивание противника с позиции после выведения его из равновесия рывком на себя»;
 «ОСАЭКОМИ» - «выбивание противника с позиции прижимая сверху вниз»; «ХАНЭ» - срединная форма глагола «ханэри» - «отбрасывать», «заставить отскочить», означает мах ноги, отбрасывающий ноги противника в сторону; «ОИ» - срединная форма глагола «ои» - «взваливать на спину», «наваливать на себя»; «ДАКИ» - срединная форма глагола «даки» - «обхватывать», «держат на руках»; «УКИ» - срединная форма глагола «уки» - «плавать на поверхности воды», «всплывать»; «САСАЭ» - срединная форма глагола «сасаэри» - «подпирать», «сдерживать» означает упор стопой, не позволяющий противнику перешагнуть ногой для восстановления равновесия; «ОКУРИ» - срединная форма глагола «окуру» - «проводить», «сопровождать»; «СУКУИ» - срединная форма глагола «сукуу» - «черпать», «зачерпывать» означает подхват рукой снизу с последующим подъемом вверх; «УЦУРИ» - срединная форма глагола «уцуру» - «перемещаться», «перебираться»; «ЦУККОМИ» - «вдавливание»; «ХИШИГИ» - «переламывать», терминологически «рычаг»; «ГАРАМИ» - «завязывать», терминологически «узел»; «ГАТАМЭ» - «сковывание»; «НАМИ» - «обычный»; «ГЯКУ» - «обратный», «ЦУБАМЭ» - «ласточка», которая является для японцев символом высокой скорости смены направления движения; «ТОМОЭ» - знак в виде жирной запятой, описывает траекторию кругового движения, переходящего от меньшего радиуса к большему; «ТАВАРА» - «соломенный мешок»; «ТАНИ» - «долина»; «КАНИ» - «краб»; «КАВАДЗУ» - «брод через реку»; «ДЖУДЖИ» - иероглиф, похожий на крест и означающий 10, терминологически «скрестно»; «САНКАКУ» - «треугольник», «ЯМА-АРАШИ» - «буря в горах» (так метафорически характеризовали манеру борьбы сильнейшего борца Кодокана периода его становления «гения дзюдо» Сайго Сиро).

6 КЮ. БЕЛЫЙ ПОЯС.

РЭЙ(REI) - ПРИВЕТСТВИЕ (ПОКЛОН), тачи-рэй (tachi-gei) - приветствие стоя - дза- рэй (za-gei) - приветствие на коленях; ОБИ (OBI) - ПОЯС (ЗАВЯЗЫВАНИЕ); ШИСЭЙ (SHISEI) – СТОЙКИ;

ШИНТАЙ (SHINTAI) - ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

Аюми-аши (ayumi-ashi) - передвижения обычными шагами

Цуги-аши (tsugi-ashi) - передвижения приставными шагами
- вперед-назад, влево-вправо, по диагонали

ТАЙ-САБАКИ (TAI-SABAKI) - ПОВОРОТЫ (ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ТЕЛА):

- на 90 градусов шагом вперед;
- на 90 градусов шагом назад;
- на 180 градусов - шагами (одна вперед, другая назад – по диагонали);
- на 180 градусов - шагами (одна назад, другая вперед по диагонали);
- на 180 градусов шагом по кругу вперед на 180 градусов шагом назад.

КУМИКАТА (КУМИ-КАТА) – ЗАХВАТЫ - основной захват - рукав-отворот;

КУДЗУШИ (KUZUSHI) - ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ РАВНОВЕСИЯ:

- маэ-кудзуши (mae- kuzushi) - *вперед*; уширо-кудзуши (ushiro- kuzushi) – *назад*; миги кудзуши (migi- kuzushi) - *вправо*; хидари кудзуши (hidari- kuzushi) -*влево*; маэ миги кудзуши (mae-migi- kuzushi) *вперед-вправо*; маэ – хидари кудзуши (mae - hidari - kuzushi)- *вперед-влево*; уширо миги кудзуши (ushiro – migi - kuzushi) - *назад-вправо*; уширо- хидари кудзуши (ushiro – hidari- kuzushi)- *назад - влево*.

УКЭМИ (UKEMI) – ПАДЕНИЯ: еко (сокухо) - укэми - *yoko (sokuho) - ukemi*- набок; уширо (кохо) -укэми- *ushiro (koho) - ukemi* - на спину; маэ (дзэнпо) –укэми – *mae (zenpo) -ukemi* - на живот; дзэнпо-тэнкай-укэми - *zenpo (tenkai) ukemi* - кувырком.

5 КЮ. ЖЕЛТЫЙ ПОЯС.

НАГЭ-ВАДЗА (NAGE-WAZA). ТЕХНИКА БРОСКОВ

Дэ-аши-барай - *de-ashi-barai*- боковая подсечка под выставленную ногу;

Хидза-гурума - *hiza –guruma*- подсечка в колено под отставленную ногу;

Сасаэ-цури-коми-аши – *sasae-tsurikomi-ashi*- передняя подсечка под выставленную ногу;

Уки-гоши - *uki-goshi*- бросок скручиванием через бедро;

О-сото-гари- *o-soto-gari*- отхват;

О-гоши - *o-goshi*- бросок через бедро с подбивом;

О-учи-гари - *o-uchi-gari* - зацеп изнутри голенью;
Сэои-нагэ – *seoi-nage*- бросок через спину с захватом руки на плечо.

КАТАМЭ-ВАДЗА (КАТАМЕ - WAZA). ТЕХНИКА

СКОВЫВАЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ

Хон-кэса-гатамэ - *hon-kesa-gatame* -удержание сбоку;
Ката-гатамэ - *kata-gatame*- удержание с фиксацией плеча головой;
Еко-шихо-гатамэ - *yoko-shiho-gatame*- удержание поперек;
Ками-шихо-гатамэ - *kami-shiho-gatame*- удержание со стороны головы;
Татэ-шихо-гатамэ - *tate-shiho-gatame*- удержание верхом.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ 5 КЮ.

НАГЭ-ВАДЗА. ТЕХНИКА БРОСКОВ

О-сото-отоши - *o-soto-otoshi*- задняя подножка;
О-сото-гаэши - *o-soto-gaeshi*- контрприем от отхвата или задней подножки;
О-учи-гаэши - *o-uchi-gaeshi*- контрприем от зацепа изнутри голенью;
Моротэ-сэои-нагэ - *morote-seoi-nage*- бросок через спину (плечо) с захватом рукава и отворота.

КАТАМЭ-ВАДЗА (ТЕХНИКА СКОВЫВАЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ)

1.	Еко-каэри-вадза	Переворот с захватом рук
2.	Еко-каэри-вадза	Переворот с захватом руки и ноги
3.	Еко- каэри-вадза	Переворот ключом захватом пояса и руки из-под плеча
4.	Нэ-каэри-вадза	Переворот ногами снизу
5.	Маэ-аши-тори-вадза	Прорыв на удержания со стороны ног

4 КЮ. ОРАНЖЕВЫЙ ПОЯС.

НАГЭ-ВАДЗА (NAGE-WAZA). ТЕХНИКА БРОСКОВ

Ко-сото-гари - *ko-soto-gari* - задняя подсечка
Ко-учи-гари- *ko-uchi-gari* -подсечка изнутри
Коши-гурума- *koshi-guruma*- бросок через бедро с захватом шеи
Цурикоми-гоши – *tsurikomi-goshi* - бросок через бедро с захватом отворота
Окури-аши-барай – *okuri-ashi-barai*- боковая подсечка в темп шагов

Таи-отоши – *tai-otoshi*- передняя подножка
Харай-гоши – *harai-goshi* - подхват бедром (под две ноги)
Учи-мата – *uchi-mata* - подхват изнутри (под одну ногу)

КАТАМЭ-ВАДЗА (KATAME-WAZA). ТЕХНИКА (УДЕРЖАНИЙ) СКОВЫВАЮЩИХ ЗАХВАТОВ.

Кузурэ-кэса-гатамэ - *kuzure-kesa-gatame* - удержание сбоку с захватом из-под руки

Макура-кэса-гатамэ – *makura-kesa-gatame*- удержание сбоку с захватом своей ноги

Уширо-кэса-гатамэ - *ushiro-kesa-gatame* - обратное удержание сбоку

Кузурэ-эко-шихо-гатамэ – *kuzure-yoko-shiho-gatame* удержание поперек с захватом руки

Кузурэ-ками-шихо-гатамэ - *kuzure-kami-shiho-gatame* удержание со стороны головы с захватом руки

Кузурэ-татэ-шихо-гатамэ - *kuzure-tate-shiho-gatame* удержание верхом с захватом руки

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ 4 КЮ. НАГЭ-ВАДЗА. ТЕХНИКА БРОСКОВ

Цубамэ-гаэши – *tsubame-gaeshi* -контрприем от боковой подсечки

Ко-учи-гаэши – *ko-uchi-gaeshi* -контрприем от подсечки изнутри

Харай-гоши-гаэши –*harai-goshi-gaeshi* -контрприем от подхвата бедром

Учи-мата-гаэши-*uchi-mata-gaeshi* -контрприем от подхвата изнутри

Содэ-цурикоми-гоши - *sode-tsurikomi-goshi*- бросок через бедро с обратным захватом (захватом двух рукавов)

Ко-учи-гакэ - *ko-uchi-gake*- зацеп одноименной голени противника

Учи-мата-сукаши - *uchi-mata-sukashi* - контрприем от подхвата изнутри скручиванием.

РЭНСОКУ-ВАДЗА (ТЕХНИКА КОМБИНАЦИИ)

Уки-гоши - таи-отоши - Бросок через бедро - передняя подножка

Коши-гурума - харай-гоши - Бросок через бедро - подхват

Цурикоми-гоши - учи-мата - Бросок через бедро - подхват изнутри

Дэ-аши-барай - таи-отоши- Боковая подсечка - передняя подножка

Дэ-аши-барай - сасэ-цурикоми-аши- Боковая подсечка - передняя подсечка

Дэ-аши-барай - харай-гоши - Боковая подсечка - подхват

Дэ-аши-харай - учи-мата - Боковая подсечка - подхват изнутри

Дэ-аши-барай - сэои-нагэ - Боковая подсечка - бросок через спину

3 КЮ, ЗЕЛЕНый ПОЯС.

НАГЭ-ВАДЗА (NAGE-WAZA). ТЕХНИКА БРОСКОВ.

Ко-сото-гакэ – *ko-soto-gake* - зацеп снаружи голенью

Цури-гоши – *tsuri-goshi* - бросок через бедро с захватом пояса

Еко-отоши – *yoko-otoshi*- боковая подножка на пятке (седом)
Аши-гурума – *ashi-guruma*- бросок через ногу скручиванием под
отставленную ногу
Ханэ-гоши – *hane-goshi*- подсад бедром и голенью изнутри
Харай- цурикоми-аши – *harai- tsurikomi- ashi*- передняя подсечка под
отставленную ногу
Томоэ-нагэ - *tomoe- nage*- бросок через голову с упором стопой в живот
Ката- гурум а – *kata-guruma*- бросок через плечи «мельница»

КАТАМЭ-ВАДЗА (КАТАМЕ-WAZA). ТЕХНИКА (УДЕРЖАНИЙ) СКОВЫВАЮЩИХ ЗАХВАТОВ

Ката-джуджи-джимэ – *kata-juji-jime*- удушение спереди скрещивая руки
(одна ладонь вверх, другая вниз)
Гяку-джуджи-джимэ – *gyaku- juji-jime*- удушение спереди скрещивая руки
(ладони вверх)
Нами-джуджи-джимэ – *nami- juji-jime*- удушение спереди скрещивая руки
(ладони вниз)
Окури-эри-джимэ – *okuri-eri- jime*- удушение сзади двумя отворотами
Ката-ха-джимэ – *kata-ha- jime*- удушение сзади отворотом, выключая руку
Хадака-джимэ – *hadaka-jime*- удушение сзади плечом и предплечьем
Удэ-гарами – *ude-garami*- узел локтя
Удэ-хишиги-джуджи-гатамэ – *ude-hishigi- juji- gatame*- рычаг локтя захватом
руки между ног

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ 3 КЮ. НАГЭ-ВАДЗА. ТЕХНИКА БРОСКОВ

Яма-араши- *yama-arashi*- подхват бедром с обратным захватом отворота
Ханэ-гоши-гаэши – *hane-goshi-gaeshi*- контрприем от подсада бедром и
голенью изнутри
Моротэ-гари – *morote- gari* - бросок захватом двух ног
Кучики-даоши - *kuchuki- daoshi* - бросок захватом ноги за подколенный сгиб
Кибису-гаэши – *kibisu –gaeshi* - бросок захватом ноги за пятку
Сэои-отоши – *seoi-otoshi* - бросок через спину (плечо) с колена (колен)

КАТАМЭ-ВАДЗА. ТЕХНИКА СКОВЫВАЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ

Ретэ-джимэ – *ryote - jime*- удушение спереди кистями
Сода- гурума-джимэ - *sode- guruma- jime* удушение спереди отворотом и
предплечьем вращением
Кэса-удэ-хишиги-гатамэ – *kesa- ude- hishigi-gatame*- рычаг локтя от
удержания сбоку
Кэса-удэ- гарами - *kesa- ude-garami*- узел локтя от удержания сбоку
Ката-аши-дори-Сасаэ-цурикоми-аши - Передняя подсечка с захватом ноги
Ката-аши-дори-О-учи-гари - Зацеп изнутри с захватом ноги
Ката-аши- дори-Харай –гоши - Подхват с захватом ноги
Ката-аши-дори-Таи-отоши - Передняя подножка с захватом ноги
(ТЕХНИКА КОМБИНАЦИЙ)

Хараи-гоши - Таи-отоши - Подхват - Передняя подножка
Ко-сото-гакэ - Кибису-гаэши -Зацеп голенью снаружи - Бросок захватом за пятку

О-учи-гари -Ко-учи-гакэ - Зацеп изнутри голенью - зацеп изнутри голенью одноименной ноги противника

О-учи-гари - Таи-отоши - Зацеп изнутри голенью -Передняя подножка

О-учи-гари -Сэои-нагэ - Зацеп изнутри голенью -Бросок через спину

Тай-отоши - О-учи-гари - Передняя подножка - Зацеп изнутри голенью

Сэои-нагэ О-учи-гари - Бросок через спину - Зацеп изнутри голенью

Дэ-аши-хараи - Кучики-таоши - Боковая подсечка - Бросок захватом за подколенный сгиб

Самостраховка: кувырок вперед с падением на спину, кувырок через левое плечо с падением на правый бок, самостраховка при падении со скамейки, с набивного мяча.

Выведение противника из равновесия (кузуши) -движение вперед (тяга, рывок);движение назад (упор, толчок),движение вправо, движение влево, движение вперед - влево, движение вперед- вправо, движение назад - вправо, движение назад - влево.

Захваты для проведения бросков: рукава и пояса сзади, спереди, рукава и пояса через одноименное плечо, скрещивая захваченные руки, руки и ноги снаружи, изнутри, одной руки двумя.

Проведение поединков с односторонним сопротивлением. Учи-коми. Рандори. Совершенствование ведения противоборства в условиях взаимного сопротивления.

Имитация бросков с проговариванием (громкоголосно, безголосно), имитация бросков перед зеркалом, имитация бросков с закрытыми глазами.

Выполнение бросков на восходящую и нисходящую площадь наклонной платформы (угол наклона 15-20°)

САМООБОРОНА.

Защита от ударов прямого, сбоку, наотмашь. Защита от ударов ногой снизу. Защита от ударов имитатором ножа сверху.

6.1.2. Примерная тематика рефератов для студентов I курса очного обучения:

1 семестр

1. Формирование дзюдо как олимпийского вида спорта.
2. Изменения правил соревнований по дзюдо.
3. Основы техники дзюдо. Краткая характеристика техники в стойке и партере.
4. Характеристика спортивных баз Москвы и области на территории которых проходят занятия дзюдо.
5. Гигиенические требования к содержанию спортивного зала по дзюдо.
6. Основные правила обеспечения безопасного проведения занятий по дзюдо.
7. Оборудование мест для проведения соревнований по дзюдо.

2 семестр

1. Анализ результатов соревнований за истекший год в нашей стране среди юношей и юниоров.
2. Греко-римской борьба в системе физического воспитания.

3. Терминология технических действий в дзюдо.
4. Судейская терминология по дзюдо.
5. Структура тренировочного занятия в дзюдо.
6. Разностороннее развитие личности средствами дзюдо.
7. Оздоровительный эффект от любительских занятий видами дзюдо.
8. Техника дзюдо в стойке.
9. Техника дзюдо в партере.
10. Тактика проведения одного технического действия.
11. Тактика проведения дзюдоистовского поединка
12. Тактика поведения дзюдоиста на соревнованиях.

6.1.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика дзюдо как вида спорта и средства разносторонней физической подготовки.
2. Прикладное и воспитательное значение дзюдо.
3. Место дзюдо и в массовых формах физической культуры и в программе олимпийских видов спорта.
4. Система управления развитием дзюдо в стране.
5. Сочетание государственных и общественных форм работы по развитию дзюдо. Источники финансирования подготовки спортсменов.
6. Федерация дзюдо РФ (ФСБР): задачи, устав, структура, планирование и организация работы, международные связи.
7. Тренерский совет: состав тренерского совета, функциональные обязанности членов тренерского совета, задачи и организация работы.
8. Управление развитием дзюдо в субъектах РФ: федерация, тренерский совет, ведомственные спортивные организации, клубы.
9. Возникновение дзюдо.
10. Этапы развития дзюдо в нашей стране.
11. Подготовка специалистов по дзюдо в институтах физической культуры.
12. Участие и достижения отечественных дзюдоистов дзюдо на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
13. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты по дзюдо в нашей страны.
14. Изменения в правилах соревнований и их влияние на подготовку спортсменов.
15. Состояние дзюдо в настоящее время в нашей стране и за рубежом и перспективы его дальнейшего развития.
16. Оценка технических действий в стойке и партере по ходу соревновательного поединка.
17. Организация проведения разминки перед соревнованиями.
18. Оборудование зала для проведения соревнований по дзюдо.
19. Требования к форме дзюдоиста на соревнованиях.
22. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения занятий по дзюдо.
23. Содержание понятий «классификация», «систематика» и «терминология» в дзюдо.
24. Классификация технических дзюдо.
25. Терминология техники дзюдо и ее разновидности.
26. Теоретические, методические и судейские понятия и термины в дзюдо.

27. Соблюдение терминологии в тренировочной, организационно-управленческой и судейской работе по дзюдо.
28. Иерархическое построение классификации техники дзюдо и ее методическое значение.
29. Субординация как свойство классификационной схемы техники дзюдо.
30. Международная судейская терминология, ее применение и связь с отечественной терминологией.
31. Функции и обязанности судей на соревнованиях по дзюдо.
32. Эффективное и безопасное использование инвентаря и оборудования в тренировочном процессе дзюдоистов.
33. Основные принципы подбора инвентаря для занятий по дзюдо.
34. Основные элементы содержания занятий по дзюдо.
35. Особенности воздействия на функциональные структуры организма спортсмена занятий дзюдо и отражение данного воздействия на структуре учебно-тренировочного занятия.
36. Специфика содержания подготовительной, основной и заключительной частей учебно-тренировочных занятий по дзюдо.
37. Планирование рабочего дня, соблюдение режима тренировок и отдыха. Самодисциплина, настойчивость, привычка ценить и рационально использовать время.
38. Значение волевых качеств в достижении высоких результатов в соревновательной деятельности. Способность противостоять первым неудачам и компенсировать их успешным выступлением в оставшихся видах.
39. Способность переносить большие нагрузки, имеющие разнонаправленное воздействие.
40. Основы разностороннего развития занимающихся средствами дзюдо.
41. Принципы построения занятий по дзюдо оздоровительной направленности.
42. Разносторонние физические и психические нагрузки в процессе тренировок и выступления на соревнованиях. Высокие показатели функциональных возможностей основных систем организма. Длительное сохранение высокой работоспособности.
43. Результаты врачебных и педагогических наблюдений за воздействиями занятий дзюдо на организм спортсменов.
44. Взаимосвязь техники и тактики при ведении дзюдоистовского поединка.
45. Механизм эффективности приемов техники в дзюдо.
46. Биомеханические особенности техники дзюдо
47. Фазовая структура техники бросков в дзюдо.
48. Критерии оценки качества выполнения техники дзюдо.
49. Роль "атакующего" и "атакованного" дзюдоистов в выполнении приемов техники на этапе изучения.
50. Цель и биомеханическая характеристика бросков, сваливаний, переводов, переворотов, удержаний.
51. Страховка и самостраховка в процессе выполнения приемов техники. Их методическое и педагогическое значение.
52. Суть и содержание специальных упражнений и подводящих приемов, используемых в процессе овладения сложной техникой дзюдо.
53. Особенности методики изучения техники дзюдо в условиях учебной группы и индивидуально.
54. Методика и значение коррекции выполнения техники дзюдо в условиях учебно-тренировочных занятий (типа, "стоп кадр").
55. Методика расширения разнообразия изучаемой техники дзюдо в процессе ее повторения.
56. Дидактический принцип последовательности изучения сложной техники дзюдо на примере бросков прогибом.

57. Характеристика движения атакуемого и атакующего в выполнении приемов техники дзюдо в стойке на примере бросков прогибом или подворотом.
58. Последовательность изучения техники дзюдо в процессе многолетних занятий спортом.
59. Определение основных понятий: стратегия и тактика дзюдо.
60. Стратегия многолетней деятельности в дзюдо.
61. Стратегия участия в соревнованиях, стратегия поведения дзюдоиста в поединке в дзюдо.
62. Тактика участия в соревнованиях в дзюдо.
63. Тактика ведения схватки в дзюдо.
64. Тактика проведения приемов в дзюдо.
65. Стратегии ведения поединка - атакующей, контратакующей, защитной.
66. Выбор тактических и технических действий в зависимости от поведения соперника, осуществление тактического взаимодействия.
67. Значение тактики в подготовке дзюдоистов и ее взаимосвязь с техникой, физической, психологической и теоретической подготовкой спортсменов.
68. Приемы психологического воздействия на соперника и маскировка своих намерений.
69. Составление тактического плана поединка.
70. Особенности тактики участия в различных соревнованиях (чемпионатах, турнирах, матчевых, отборочных и классификационных).
71. Средства и методы восстановления работоспособности дзюдоиста и их применение на практике.
72. Взаимосвязь применения средств восстановления и тренировочных нагрузок.
73. Сформулировать актуальность одного из направлений исследований.
74. Значение УИРС в подготовке бакалавров по дзюдо в ИФК.
75. Методология научной деятельности.
76. Наиболее распространенные схемы исследований в дзюдо.
77. Популярные методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в дзюдо.
78. Применение методов математической статистики для обработки полученных данных о различных сторонах деятельности в дзюдо.

6.2.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Определение последовательности использования методов обучения в дзюдо.
2. Написание примерных конспектов первого занятия по обучению дзюдо.
3. Изучить опыт использования линейных программ в освоении двигательных действий.
4. Написать примерную линейную программу обучения по дзюдо.
5. Анализ применения разветвленных программ при обучении различным двигательным действиям.
6. Изучить возможности использования смешенных программ обучения при освоении дзюдо.
7. Составление примерных программ обучения в дзюдо.
8. Выписать из программы обучения СШ основные требования по физической, технической и подготовки для групп начальной подготовки.
9. Представить этапы многолетней подготовки по годам обучения в группах СШ по дзюдо.

10. Изучить диапазон спортивных результатов в многолетней подготовке дзюдоистов и возраст достижения КМС, МС, МСМК.
11. Придумать и описать несколько парных упражнений в дзюдо.
12. Ознакомиться с фронтальной формой организации занимающихся при обучении.
13. Подготовить пример организации круговой тренировки при общефизической подготовке начинающих дзюдоистов.
14. Особенности организации и проведения соревнований с различным контингентом занимающихся.
15. Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо.
16. Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо.
17. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований.
18. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо.
19. Организация и проведение соревнований по дзюдо.
20. Обязанности судей соревнований по дзюдо.
21. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований.
22. Составить отчет о соревнованиях.

4 семестр

1. Написание учебного плана подготовки дзюдоистов 1-го года обучения в группе начальной подготовки.
2. Составление учебного плана подготовки дзюдоистов 2-го года обучения в группе начальной подготовки.
3. Подготовка учебного плана тренировки дзюдоистов 3-го года обучения в группе начальной подготовки.
4. Написание конспекта занятия по ОФП.
5. Составление конспекта занятия по обучению приемам в партере.
6. Подготовка конспекта занятия по обучению приемам в стойке.
7. Конспектирование занятия по с использованием подвижных игр.
8. Составить годовой план график использования вспомогательных средств на начальном этапе подготовки дзюдоистов.
9. Написать по два упражнения с использованием дзюдоистовского манекена.
10. Конспектирование методических разработок с использованием тензоплатформы.
11. Расчетное определение целевых ЧСС-зон у дзюдоистов во время тренировки.
12. Прямое определение ЧСС макс у спортсменов занимающихся дзюдо.

6.2.2. Примерная тематика рефератов для студентов II курса очного обучения:

3 семестр

1. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо.
2. Начальное обучение дзюдо.
3. Применение дидактических принципов при обучении в дзюдо.
4. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения дзюдо от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
5. Элементы программирования обучения в дзюдо.
6. Положение о соревнованиях по дзюдо.
7. Смета на проведение соревнований по дзюдо.
8. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований дзюдо.
9. Медицинское обеспечение во время проведения соревнований по дзюдо.
10. Состав главной судейской коллегии соревнований по дзюдо и их функции.

11. Организация и проведение соревнований по дзюдо.
12. Сценарии открытия и закрытия соревнований.
13. Отчет о проведении соревнований.
14. Сводный протокол результатов выступления участников соревнований.

4 семестр

1. Содержание и формы воспитательной работы с юными дзюдоистами.
2. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
3. Использование технических средств при подготовке дзюдоистов.
4. Общая характеристика проявления одного из физических качеств в дзюдо.
5. Требования, предъявляемые дзюдо к личности спортсмена.
6. Характеристика основных методов исследования, используемых в дзюдо.

6.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

Вопросы для собеседования:

1. Предмет и задачи обучения в дзюдо.
2. Применение дидактических принципов при обучении в дзюдо.
3. Отличительные черты двигательных умений и навыков в дзюдо.
4. Дополнительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
5. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения дзюдо от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
6. Характеристика основных методов обучения в дзюдо.
7. Определение готовности к обучению дзюдо: физической, координационной, психической.
8. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в дзюдо; разучивание по частям и в целом (слитно).
9. Этап закрепления и совершенствования навыков: цели и задачи.
10. Элементы программирования обучения в дзюдо.
11. Построение структур линейной и разветвлённой программ обучения.
12. Особенности программирования процесса обучения в дзюдо.
13. Организационные основы школы.
14. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
15. Особенности проведения занятий по дзюдо.
16. Организация и проведение соревнований различного уровня по дзюдо.
17. Содержание положения о соревнованиях по дзюдо.
18. Основные пункты сметы на проведение соревнований по дзюдо.
19. Техника безопасности при проведении соревнований по дзюдо.
20. Функции медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо.
21. Главная судейская коллегия соревнований по дзюдо и ее функции.
22. Сценарий открытия и закрытия соревнований.
23. Содержание отчета о соревнованиях.
24. **Деловая игра**
Тема: «Действия главной судейской коллегии при организации и проведении соревнований по дзюдо».
25. Содержание и формы воспитательной работы с юными дзюдоистами.

26. Организация и проведение тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
27. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки.
28. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения тренировочных занятий по дзюдо в группах начальной подготовки.
29. Переводные и контрольных нормативы по физической и специальной подготовке в группах начальной подготовки.
30. Применение технических средств в различных направлениях подготовки спортсменов.
31. Использование технических средств при подготовке дзюдоистов в различных частях тренировочного занятия.
32. Изменения функциональной направленности применения технических средств по ходу многолетней подготовки спортсмена занимающегося дзюдо.
33. Значение технических средств для оценки комплексного воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсменов занимающихся дзюдо.
34. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
35. Разновидности проявления силы: абсолютная максимальная, общая и относительная сила, динамическая и статическая силовая выносливость.
36. Проявление силы в дзюдо.
37. Проявление быстроты в дзюдо.
38. Разновидности выносливости: общая и специальная, силовая, скоростная, статическая, координационная, эмоциональная и т.д.
39. Энергетическое обеспечение выносливости.
40. Проявление выносливости в дзюдо.
41. Факторы, определяющие гибкость.
42. Измерение гибкости.
43. Активная и пассивная гибкость.
44. Проявление гибкости в дзюдо.
45. Факторы, обеспечивающие проявление координационных способностей: развитие нервно-двигательного аппарата и органов управления движениями, уровень физических качеств, технико-тактическая подготовленность, морфофункциональные свойства организма.
46. 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.
47. Координационные способности в дзюдо.
48. Ведущие ощущения и восприятия в дзюдо: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
49. Двигательные представления (идеомоторика) в дзюдо.
50. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
51. Характер мыслительных задач.
52. Эмоциональные процессы и состояния.
53. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний.
54. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
55. Виды и качественные особенности волевых усилий в дзюдо. Особенности процессов реагирования.

56. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
57. Ориентирование в соревновательных ситуациях в дзюдо.
58. Характеристика основных методов исследования, используемых в дзюдо.
59. Особенности организации и проведения НИР в дзюдо.
60. Естественный, модельный и лабораторный эксперименты.
61. Применение методов обработки результатов исследований и проведение научного анализа результатов исследований.
62. Применение апробированных методик проведения научных исследований в дзюдо.
63. Технология составления планов оснащения физкультурно- организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.
64. Составление служебной документации и технической заявки на приобретение физкультурно- экипировки, инвентаря, оборудования.
65. Составить планово-финансовый документ по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.

6.3.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов III курса очного обучения:

5 семестр

1. Расписать тактику проведения дзюдоистовского поединка с более физически сильным противником.
2. Описание тактических вариантов проведения дзюдоистовского поединка с более техничным противником.
3. Выделить особенности тактических подходов при выступлении в предварительном и финальном этапе соревнований.
4. Определить основные тактические варианты выступлений в командных соревнованиях.
5. Составить характеристику средств восстановления и стимулирования работоспособности.
6. Анализ общепринятых в теории и методике спорта методов тренировки применительно к дзюдо.
7. Специфические методы технико-тактической и психологической подготовки в дзюдо.
8. Описание игр и эстафет, используемых на начальном этапе подготовки дзюдоистов.
9. Расписать состав соревновательных упражнений и их характер, используемых на различных этапах многолетней подготовки дзюдоистов.
10. Написать основные отличия методов строго регламентированного упражнения в различных группах СШ по дзюдо.
11. Составить список наглядных методов, используемых на этапах многолетней подготовки спортсменов, занимающихся дзюдо.
12. Подбор упражнений для совершенствования техники дзюдо.
13. Методический анализ причин возникновения ошибок и недостатков в процессе технической подготовки в дзюдо.
14. Выбор подготовительных и основных технических действий наступательного, контратакующего и защитного стиля в зависимости от противника.
15. Роль разминки при составлении тактического плана выступления в соревновании по дзюдо.
16. Разработать комплекс направленный на развитие гибкости и подвижности суставов рук и голеностопных суставов.

17. Разработать комплекс упражнений, направленный на укрепление опорно-двигательного аппарата дзюдоиста.
18. Овладение приемами и методами саморегуляции психического состояния при выступлении в соревнованиях: словесными; с использованием движений, поз и других воздействий; аутогенной, психорегулирующей или психомышечной тренировки.
19. Самоанализ своих действий в учебно-тренировочном процессе и соревнованиях.
20. Распределение тренировочного материала по разделам подготовки на 1-й год обучения в тренировочной группе СШ по дзюдо.
21. Определение соотношения средств физической и технико-тактической подготовки по годам этапа начальной специализации.
22. Выявление показателей соревновательной нагрузки в годичном цикле 1-го и 2-го года обучения в тренировочной группе.
23. Изучение специальной литературы, отражающей возрастные характеристики спортсменов в возрасте 11-12 лет.
24. Тестирование в тренировочных группах 1-го и 2-го года обучения.
25. Подготовка протоколов тестирования подготовленности спортсменов по годам обучения на этапе начальной подготовки.
26. Подготовка протоколов тестирования дзюдоистов при зачислении их в учебно-тренировочные группы.
27. Подготовка протоколов тестирования дзюдоистов при зачислении их в группы спортивного совершенствования.

6 семестр

1. Ознакомиться с разделами специальной литературы касающихся специфики двигательной деятельности в дзюдо.
2. Анализ дневников спортсменов для определения интенсивности нагрузки по зонам мощности.
3. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов тренировочных групп СШ по дзюдо.
4. Описание особенностей противоборства в командных соревнованиях дзюдоистов.
5. Обосновать значимость высокой стабильности показателей получаемые в процессе тестирования.
6. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся дзюдо.
7. Конспектирование режимов тренировочной работы и требования к физической, технической и подготовленности.
8. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 1-го года обучения.
9. Разработка план-схемы подготовки тренировочной группы 2-го года обучения.
10. Посетить тренировки юных дзюдоистов.
11. Просмотреть нормативные документы по структуре и оформлению глав ВКР.
12. Участие в работе студенческого научного кружка (СНО).
13. Участие в научных и научно-практических конференциях, научных семинарах, программах дополнительной профессиональной подготовки по направлению кафедры.
14. Подготовка печатных научных работ (статей и др.) по результатам научно-исследовательской деятельности.
15. Участие в выполнении хоздоговорной тематики кафедры (научно-исследовательская деятельность по грантам).
16. Участие в конкурсах студенческих научно-исследовательских работ.
17. Разработать рекомендации по улучшению работы СНО.

18. Написание доклада для представления материалов исследований.
19. Создание презентации к докладу на конференции.

6.3.2. Примерная тематика рефератов для студентов III курса очного обучения:

5 семестр

1. Стратегия и тактика в дзюдо.
2. Физические упражнения в дзюдо.
3. Методы тренировки в дзюдо.
4. Значение уровня развития физических качеств и двигательных способностей для достижения высокого спортивного мастерства в дзюдо.
5. Средства и методы технической подготовки в дзюдо, применение технических средств и специальной аппаратуры.
6. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо.
7. Управление психическим состоянием в процессе выступления на соревнованиях по дзюдо.
8. Содержание интеллектуальной подготовки дзюдоиста.

6 семестр

1. Значение и виды соревнований в дзюдо.
2. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров дзюдо.
3. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо.
4. Основные пути отбора в дзюдо.
5. Содержание тренировочного процесса в тренировочных группах СШ по дзюдо.

6.3.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основы тактики в дзюдо.
2. Индивидуальная и командная тактика.
3. Элементы тактики в дзюдо.
4. Варианты соревновательной деятельности в зависимости от ситуации.
5. Техничко-тактическое мастерство в дзюдо.
6. Оценка эффективности тактики.
7. Специально-подготовительные упражнения в дзюдо.
8. Сочетание упражнений общей и специальной физической подготовки для совершенствования техники дзюдо, упражнения с применением тренажерных устройств.
9. Дополнительные средства в системе тренировки дзюдоистов.
10. Характеристика и применение словесных методов в тренировке дзюдоистов.
11. Специфика применения наглядных методов при обучении дзюдо.
12. Методы овладения техническими действиями в дзюдо.
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 дзюдо.
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 дзюдо.
17. Содержание и особенности физической подготовки в дзюдо.

18. Роль и значение технической подготовки дзюдо для достижения высоких спортивных результатов.
19. Совершенствование индивидуальной техники спортсменов в процессе тренировочных занятий по дзюдо.
20. Техническая подготовка в годичном тренировочном цикле.
21. Особенности применения средств и методов технической подготовки в дзюдо, применение технических средств и специальной аппаратуры.
22. Понятие о тактической подготовке. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо. Связь тактической подготовкой с другими сторонами подготовки: технической, физической и психологической.
23. Цель и задачи психологической подготовки в дзюдо. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки.
24. Использование основных направлений психологической подготовки: общая психологическая подготовка, подготовка к выступлениям в соревнованиях, подготовка к конкретному соревнованию, управление психическим состоянием при выступлении в соревнованиях.
25. Применение средств и методов психологической подготовки в дзюдо
26. **Методы** воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции в дзюдо.
27. Использование методов воспитания у обучающихся моральных принципов честной конкуренции.
28. Цели и задачи интеллектуальной подготовки. Связь их с другими видами подготовки.
29. Содержание специальной теоретической подготовленности: овладение определенным объемом знаний основ теории и методики дзюдо; получение специальной научной информации и овладение знаниями общих научных основ о деятельности и подготовке спортсмена; получение информации о состоянии и развитии дзюдо в стране и мире.
30. Средства и методы интеллектуальной подготовки.
31. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе начальной специализации.
32. Значение и виды соревнований в дзюдо.
33. Структура соревновательной деятельности в дзюдо.
34. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо.
35. Взаимовлияние тренировочных нагрузок и принципы их построения и планирования в дневных, недельных, мезо- и макроциклах.
36. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
37. Виды спортивного отбора: первичный, на этапах овладения спортивным мастерством, отбор при комплектовании сборных команд.
38. Основные пути отбора в дзюдо
39. Средства и методы отбора: педагогические, медико-биологические, психологические.
40. Эффективное применение педагогических методов (тестов) при отборе.
41. Определение предрасположенности к занятиям дзюдо.
42. Анализ и прогноз одаренности (способности) ребенка к занятиям дзюдо.
43. Использование антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся при осуществлении отбора и ориентации в дзюдо.
44. Содержание и направленность тренировочного этапа многолетней подготовки дзюдоистов.
45. Принципы и методы обучения в дзюдо.
46. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.

47. Требования стандартов подготовки в дзюдо к проведению занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.

48. Применение положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта при проведении занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.

49. Разработка и реализация тренировочных и соревновательных программ подготовки в дзюдо с учетом особенностей занимающихся на тренировочном этапе.

50. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки дзюдо в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки дзюдоистов.

51. Интеграция научных знаний путем обобщения концепций, теорий и учений об одном и том же объекте исследования в целостную, упорядоченную систему знаний.

52. Логическое осмысление соревновательного упражнения борцом: 1) видовой состав (*особенное*), 2) способ повторения (*всеобщее*), 3) эффект воздействия (*единичное*).

53. Использование общеметодологических подходов в исследовательской деятельности в области дзюдо.

54. Проведение научно-обоснованной оценки имеющихся результатов исследования

55. Использование методов педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучение коллектива и индивидуальных особенностей занимающихся.

56. Научные методы формулирования представлений и обобщений.

57. Цель и задачи психологической подготовки в дзюдо.

58. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо.

59. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки дзюдоиста.

6.3.4. Темы курсовых работ:

1. Проведение занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки.
2. Типовые недельные циклы подготовки в дзюдо
3. Интеграция научных знаний в подготовки дзюдоистов
4. Имитация соревновательной деятельности в дзюдо
5. Исследовательская деятельность в дзюдо

6.4.1. Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов IV курса очного обучения:

7 семестр

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 дзюдо.

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 СШ по дзюдо.

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 сборной команды России на чемпионате мира текущего года.
10. Прогноз состава и выступления сборной команды России на чемпионате Европы текущего года.
11. Расписать значение методов экспертной оценки, их применение и требования к ним.
12. Построение динамики результатов сильнейших дзюдоистов дзюдо за последние 4 года на чемпионатах России.
13. Выявление динамики результатов сильнейших в дзюдоистов дзюдо за последние 4 года на чемпионатах мира.
14. Изменения личных результатов сильнейших дзюдоистов России среди мужчин на международных турнирах за текущий год, прогнозирование результатов выступления на чемпионате мира.
15. Ознакомление с режимом учебно-тренировочной работы и требованиями к физической, технической и подготовленности спортсменов групп спортивного совершенствования СШ по дзюдо.
16. Изучение содержания план-схемы годичного цикла подготовки дзюдоистов и составление плана-схемы 2 и 3-го года обучения для группы спортивного совершенствования.
17. Написание конспектов проведения учебно-тренировочных занятий по дзюдо для групп спортивного совершенствования 1-го, 2-го и 3-го года обучения.
18. Составление блок-схем основных сторон подготовленности сильнейших дзюдоистов.

8 семестр

1. На основе изучения специальной литературы по дзюдо и видов спорта имеющих схожие соревновательные упражнения создать и структурировать по значимости список умений и навыков тренеров необходимый в тренировочном процессе по дзюдо.
2. Подготовить комплексную оценку профессиональной деятельности личного тренера студента.
3. Определение типовых трудностей начального этапа деятельности молодого тренера по дзюдо.
4. Выписать характеристики интегративного этапа формирования стиля деятельности тренера по дзюдо.
5. Охарактеризовать этап «Утверждения» стиля деятельности тренера.
6. Оценка состояние методики укрепления суставов спортсменов занимающихся дзюдо.
7. Выявление суставов подверженных наибольшему травматизму у дзюдоистов.
8. Разработка комплекса упражнений для укрепления наиболее уязвимых частей пассивной части опорно-двигательного аппарата у юных дзюдоистов.
9. Подготовить профессионально ориентированную информацию о проходящих соревнованиях по дзюдо.
10. Создание образа дзюдо как комплексного вида спорта.
11. Сделать презентацию новой базы по дзюдо.
12. Посещение одной из СШ города Москвы или подмосковья. Выписать количество групп СШ и общее число занимающихся. Сделать оценку материально-технического оснащения СШ.
13. Беседа с руководством СШ об использовании различных информационных ресурсов для рекламы СШ и пропаганды занятий дзюдо.
14. Интервьюирование тренеров СШ по количеству желающих заниматься дзюдо и наполняемости групп СШ. Изучение пожеланий тренеров по улучшению пропаганды занятий дзюдо.

15. Изучение специальной литературы посвященной питанию спортсменов.
16. Составить описание одной из методик углеводного насыщения перед главным стартом сезона.
17. Изучить особенности содержания питания спортсменов перед выступлениями.
18. Ознакомиться с основными подходами приема пищи при снижении веса.
19. Работая над докладом, студент старается сделать его для себя удобным. Выделяет цифры курсивом. В тексте доклада находятся сокращения, которые меняются на развернутые определения. Выделяются ключевые слова и определения. Несколько раз прочитать текст доклада, фиксируя время чтения.
20. Начитать текст, контролируя свою речь, следя за дикцией, темпом, громкостью и интонацией при произношении. Готовятся ответы на замечания рецензента в письменной форме.
21. Подготовить компьютерную презентацию ВКР.
22. Подготовить к каждому слайду заметки по докладу, распечатать их и использовать при подготовке к защите выпускной квалификационной работы.
23. Тренировка доклада по ВКР с применением компьютерной презентации.
24. Изучение высказанных замечаний на апробации ВКР.
25. Анализ ответов на вопросы по ВКР.
26. Подготовка ответов на замечания рецензента.
27. Тренировка доклада с внесенными изменениями и дополнениями после апробации.

6.4.2. Примерная тематика рефератов для студентов IV курса очного обучения: 7 семестр

1. Планирование подготовки в дзюдо.
2. Прогнозирование спортивных результатов в дзюдо.
3. Структура годового цикла на этапе спортивного совершенствования.
4. Особенности моделирования в дзюдо.
5. Построение моделей соревновательной деятельности дзюдоистов.

8 семестр

6. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.
7. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.
8. Различные средства и методы восстановления работоспособности как ведущий фактор оптимизации подготовки дзюдоистов.
9. Создание имиджа дзюдо.
10. Долгосрочное сбалансированное питание дзюдоистов.
11. Планирование питания при подготовке к ответственным соревнованиям.
12. Питание во время соревнований по дзюдо.

6.4.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в дзюдо.
3. Учет тренировочных нагрузок по дзюдо.

4. Виды контроля за состоянием дзюдоистов 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. Оперативное, текущее, этапное управление.
10. Применение актуальных для дзюдо технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.
11. Значение и задачи планирования подготовки в дзюдо.
12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.
13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) дзюдоистов старших разрядов.
14. Годовое планирование в дзюдо.
15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в дзюдо с учетом их взаимовлияния.
16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной деятельности.
17. Эффективные средства и методы индивидуальной подготовки.
18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной деятельности.
19. Сохранение и поддержание определенного уровня подготовленности.
20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в дзюдо.
21. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в дзюдо.
22. Динамика личных и командных результатов по дзюдо за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Олимпийских играх.
23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.
24. Принципы формирования групп спортивного совершенствования.
25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
26. Оценка степени подготовленности спортсмена по отдельным видам подготовки и в целом.
27. Принципы чередование ударных нагрузок на этапе совершенствования спортивного мастерства.
28. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
29. Требования стандарта подготовки в дзюдо для этапа совершенствования спортивного мастерства.
30. Применение технической подготовки дзюдоиста на этапе совершенствования спортивного мастерства.
31. Особенности организации и проведения занятий по физической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.
32. Организация и проведение занятий по тактической подготовке дзюдоистов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
33. Интеграция тренировочного с учетом задач этапа совершенствования спортивного мастерства.

34. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по дзюдо в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства дзюдоистов.
35. Значение и задачи моделирования деятельности. Особенности моделирования в дзюдо.
36. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена.
37. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших дзюдоистов России и мира.
38. Характеристика деятельности в дзюдо. Требования к отдельным сторонам подготовки дзюдоистов.
39. Требования к профессиональной подготовке тренера.
40. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.
41. Классификация тренеров.
42. Оценка деятельности и личности тренера.
43. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.
44. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.
45. Механизм возникновения травмы.
46. Особенности протекания восстановления при занятиях дзюдо.
47. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок.
48. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках .
49. Применение различных средства и методы восстановления работоспособности для оптимизации подготовки дзюдоистов.
50. Применение средств восстановления в соответствии с особенностями тренировочных нагрузок (направленность, объем, интенсивность, продолжительность, нервно-эмоциональная напряженность и др.), состояния спортсмена (возраст, уровень тренированности, индивидуальные особенности и пр.), экологическими факторами окружающей среды.
51. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.
52. 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.
53. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.
54. Основные положения применения восстановительных средств в дзюдо.
55. Формирование мотивации к занятиям дзюдо.
56. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям дзюдо.
57. Умение формировать мотивацию к занятиям дзюдо.
58. Структурные элементы общественного мнения.
59. Функции формирования общественного мнения о дзюдо.
60. Создание имиджа дзюдо как олимпийского вида спорта.
61. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.
62. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки дзюдоистов.

63. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных дзюдоистов.
64. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по дзюдо.
65. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.
66. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в дзюдо.
67. Продление работоспособность средствами фармакологии на все время соревнований по дзюдо.
68. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.
69. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.
70. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирование и представление обобщения и выводов.

6.4.4. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование спортивных достижений в дзюдо.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки дзюдоистов.
3. Модели соревновательной деятельности в дзюдо.
4. Методики повышения уровня подготовленности дзюдоистов.
5. Планирование тренировочных нагрузок в дзюдо и их взаимовлияние.
6. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах СШ по дзюдо.
7. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе дзюдоистов.
8. Рационализация питания спортсменов занимающихся дзюдо.
9. Укрепление пассивной части опорно-двигательного аппарата спортсменов занимающихся дзюдо.
10. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов дзюдо на различных этапах многолетней подготовки.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика дзюдо»

а) Основная литература:

- 1) учебник для ВПО «Теория и практика дзюдо», авторов Шестакова В.Б., Ерегина С.В. – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.;
- 2) Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спорт. фак-тов педагогических ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю.А. Шулика [и др.]. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.
- 3) Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.
- 4) Дзигаро Кано. Кодокан дзюдо / Дзигаро Кано. Учебник – Ростов н/Д: Изд-во Феникс, 2000. – 448 с.

- б) дополнительная литература:** учебное пособие «Спортивная борьба» в четырех томах, автора Туманяна Г.С.- 1998.
- 1) учебник «Спортивная борьба».- «ФиС».- 1978. – 289с.
 - в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы
 - 2)Гожин В.В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: учебник для слушателей образоват. учреждений и подразделений доп. проф. образования / В.В. Гожин, О.Б. Малков. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 232 с.
 - 3)Гожин В.В. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единоборца / В.В. Гожин, В.Л. Дементьев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая культура, 2009. – 240 с.
 - 4)Дементьев В.Л. Профессиональная тактико-техническая подготовка специалистов-тренеров по спортивной борьбе / В.Л. Дементьев. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 108 с.
 - 5)Дементьев В.Л. Регулирование веса тела борца: учеб. пособие / В.Л. Дементьев, В.М. Игуменов, А.В. Шевцов. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 144 с.
 - 6)Дементьев В.Л. Специализированные восприятия борца / В.Л. Дементьев, В.В. Гожин, А.Ю. Лушников. – М.: Физическая культура, 2011. – 288 с.
 - 7)Дзюдо: базовая технико-тактическая подготовка. Для начинающих: учеб. пособие для ст-тов образоват. учреждений сред. проф. образования: доп. М-вом образования РФ / под общ. ред. Ю.А. Шулика, Я.К. Коблева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 237 с.
 - 8)Дзюдо: Методические материалы эксперимента, дополненная учебная программа для детей, подростков, молодежи, взрослых / авт.-сост.: Свищев И.Д. [и др.]. – М.: СпортУниверГрупп, 2004. – 82 с.
 - 8)Дзюдо. Учебная программа для учреждений дополнительного образования / Авт.-сост. И.Д. Свищев [и др.]. – М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.
 - 9) Ерегина С.В. Дзюдо: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2006. – 212 с.
 - 10) Ерегина С.В. Дзюдо: программа для учреждений дополнительного образования и спортивных клубов / С.В. Ерегина, И.Д. Свищев, С.И. Соловейчик. – М.: Советский спорт, 2009. – 268 с.
 - 11) Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
 - 12)Туманян Г.С. поэтапное освоение технико-тактических действий в спортивной борьбе: метод. разраб. для слушателей ВШТ, ФПК и ст-тов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, В.Л. Дементьев. – М., 1990. – 40 с.
 - 13) Туманян Г.С. Унифицированные критерии для оценки технико-тактической подготовленности борцов: метод. разраб. для студентов ГЦОЛИФК / Г.С. Туманян, Я.К. Коблев, В.Л. Дементьев; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. – 24 с.
 - 11.Свищёв И.Д. Умения и их значимость у студентов при освоении учебной дисциплины«Теория и методика избранного вида спорта»/ Галочкин Н.В., Чувилин В.А.-«Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности».-М.,№ 2(24). -2012.- С.42-46
 - 12.Свищёв И.Д. Модульный подход в разработке учебной прогаммы «Теория и методика избранного вида спорта»/И.Д. Свищёв.-«Теория и практика прикладных видов спорта и экстремальной деятельности».-М.,№ 1(23). -2012.- С.36-38
 - 13.Свищёв И.Д. Компоненты моторно-двигательного интеллекта дзюдоиста/И.Д.Свищёв.-«Спортивный психолог».- М., №2.- 2012.- С.45-51.
 - 14.Свищёв И.Д. «Интеграция научных знаний и спортивной практики в совершенствовании содержания конкретного вида единоборства»
 - 15.Игуменов В.М. Анализ факторов подготовки единоборцев высокого класса/В.М.Игуменов.-Теория и практика физической культуры.-2015.- №12.-С.60-64.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
- Сайт Федерации дзюдо России - <http://wrestrus.ru/>
- Медиацентр РГУФКСМУТ - <http://tv.sportedu.ru/category/vserossiiskii-reestr-vidov-sporta/greko-rimskaya-borba>

– 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
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

8. 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивный зал № 32 для проведения практических занятий.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	Тестирование на тему: 1. История развития дзюдо в нашей стране и мире. 2. Тренировочное занятие по дзюдо. 3. Выполнение бросков из различных групп. 4. Выполнение переводов и сваливаний из различных групп. 5. Выполнение технических действий в партере 6. Тактические приемы проведения технических действий.	5 неделя 9 неделя 28 неделя 28 неделя 31 неделя 35 неделя	5 5 5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Формирование дзюдо как олимпийского вида. 2. Инвентарь и оборудование для проведения тренировок по дзюдо. 3. Термины, используемые для характеристики соревновательного пространства в дзюдо. 4. Организация и методика проведения частей занятия по дзюдо. 5. Оздоровительный эффект от любительских занятий по дзюдо.	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 15 неделя	5 5 5 5 5

	<p>6. Технике проведения приемов дзюдоистов дзюдо в учебно-тренировочных и соревновательных поединках.</p> <p>7. Тактический план проведения дзюдоистовского поединка</p> <p>8. Оперативное восстановление функционального состояния дзюдоистов.</p>	<p>27 неделя</p> <p>31 неделя</p> <p>38 неделя</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
4	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <p>1. Описать правила проведения соревнований по дзюдо на древних олимпиадах.</p> <p>2. Составить хронологию изменения правил соревнований по дзюдо.</p> <p>3. Подготовка инвентаря и оборудования для проведения соревнований по дзюдо.</p> <p>4. Оборудование дзюдоистовского зала для проведения тренировочного процесса и соревнований.</p> <p>5. Выписать основные термины, характеризующие соревновательную деятельность дзюдоистов.</p> <p>6. Составление конспектов и проведение подготовительной части учебно-тренировочных занятий по дзюдо.</p> <p>7. Анализ санитарно-гигиенических требований для дзюдоистовских залов.</p> <p>8. Анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы броски и сваливания.</p> <p>9. Анализ техники дзюдо в стойке из подгруппы переводы и наклоны.</p> <p>3. Анализ техники дзюдо в партере.</p> <p>10. Анализ тактики выполнения технических действий в стойке и партере.</p> <p>11. Анализ оперативного восстановления состояния дзюдоиста.</p>	<p>3 неделя</p> <p>5-7 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>7-8 недели</p> <p>12 неделя</p> <p>13 неделя 24-26 недели</p> <p>28-31 недели</p> <p>32-35 недели 36-40 недели</p> <p>40-42 неделя</p>	<p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>
5	<p>Написание и защита рефератов по разделам:</p> <p>1. Дзюдо в системе физического воспитания.</p> <p>2. Оборудование мест для проведения соревнований по дзюдо</p> <p>3. Структура тренировочного занятия в дзюдо.</p> <p>Написание и защита рефератов по разделам:</p>	<p>2 неделя</p> <p>5-7 недели</p> <p>11-12 недели</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

	1. Техника дзюдо в стойке.	24-27 недели	5
	2. Техника дзюдо в партере.	28-31 недели	5
	3. Тактика проведения технического действия.	32-35 недели	5
	План тренировок и занятий в университете в дневном и недельном циклах.	37-39 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
7	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 зачету.

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

Сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
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	Тестирование знаний по модулям: 1. Методика обучения в дзюдо. 2. Организация процесса обучения в дзюдо. Тестирование знаний по модулям: 1. Проявления физических качеств в дзюдо.	10 неделя 14 неделя 37 неделя	5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Методики обучения в дзюдо. 2. Методики обучения тактике в дзюдо. 3. Программирование процесса обучения дзюдоистов. 4. Организация и проведение соревнований по дзюдо. 1. Анализ содержания тренировочного плана подготовки 1-го, 2-го и 3-го годов обучения на начальном этапе подготовки дзюдоистов. 2. Обсуждение применения технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо. 3. Комплексный анализ необходимых спортсмену двигательных качеств в сложившихся условиях соревнований по дзюдо. 4. Методология исследовательской деятельности в дзюдо	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя 21 неделя 24 неделя 37 неделя 38 неделя	5 5 5 5 5 5 5 5

4	<p>Контроль освоения практических навыков:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ построения процесса обучения в дзюдо. 2. Освоение методики обучения технике бросков. 3. Методика обучения в тактики дзюдо. 4. Составление обучающих программ по дзюдо. 5. Разработка и написание положения о соревнованиях по дзюдо. 6. Составление сметы на проведение соревнований по дзюдо. 7. Соблюдение правил техники безопасности при проведении соревнований. 8. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований по дзюдо. 9. Организация и проведение командных соревнований по дзюдо. 10. Написание сценариев открытия и закрытия соревнований. 11. Применение разнообразных обще развивающих и специальных упражнений, их дозировка, сочетание с играми и состязательными формами проведения. 12. Изучение элементов техники дзюдо в стойке и партере 13. Подготовка протоколов сдачи контрольно-переводных нормативов по годам обучения на данном этапе. 14. Применение тренажеров в тренировочном процессе дзюдоистов. 15. Использование мониторов сердечного ритма в тренировке. 16. Организация и проведение НИР в дзюдо. 	<p>2-4 недели</p> <p>5 неделя</p> <p>6-9 недели</p> <p>10-12 недели</p> <p>13-14 недели</p> <p>13-14 недели</p> <p>13-14 недели</p> <p>15-16 недели</p> <p>15-16 недели</p> <p>21-23 недели</p> <p>22 неделя</p> <p>23 неделя</p> <p>27 неделя</p> <p>28 неделя</p> <p>38-43 недели</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
5	<p>Написание и защита рефератов по разделам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила составления основных документов необходимых для проведения соревнований по дзюдо. 2. Соблюдение техники безопасности при проведении соревнований по дзюдо. 3. Сценарии открытия и закрытия 	<p>13-16 недели</p> <p>13-16 недели</p> <p>13-16 недели</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>

	соревнований. 4. Роль технических средств в подготовке спортсменов занимающихся дзюдо. 5. Общая характеристика основных физических качеств. 6. Характеристика основных методов исследования в дзюдо.	24-31 недели 32-37 недели 38-43 недели	5 5 5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 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 зачету.

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

Сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.

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	1. Тестирование знаний по модулям: 2. Методика обучения в дзюдо 3. Организация процесса обучения в дзюдо 4. Объективные условия деятельности в дзюдо 5. Структура соревновательной деятельности дзюдоиста	10 неделя 14 неделя 24 неделя 25 неделя	5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Особенности применения методов тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки. 2. Виды подготовки дзюдоистов. 3. Тренировочный этап (начальной специализации) многолетней подготовки дзюдоистов. 4. Объективные условия деятельности в дзюдо. 5. Отбор в процессе многолетней подготовки юных дзюдоистов. 6. Тренировочный процесс на этапе углубленной специализации.	7 неделя 9 неделя 13 неделя 26 неделя 30 неделя 35 неделя	5 5 5 5 5 5
4	1. Контроль освоения практических навыков: 2. Использование основных и дополнительных средств тренировки дзюдоистов. 3. Применение методов тренировки в дзюдо. 4. Особенности применения методов	6 неделя 6-7 недели 7 неделя	5 5 5

	<p>тренировки дзюдоистов на различных этапах многолетней подготовки.</p> <p>5. Практическое выполнение упражнений общей и специальной физической подготовки в дзюдо.</p> <p>6. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в дзюдо в стойке.</p> <p>7. Подбор и выполнение упражнений для развития тактических умений, навыков, способностей и тактического мышления в дзюдо в партере.</p> <p>8. Подготовка и проведение занятий на тренировочном этапе (начальной специализации).</p> <p>9. Анализ компонентов соревновательной деятельности в дзюдо.</p> <p>10. Оценка воздействия тренировочных нагрузок.</p> <p>11. Средства и методы отбора в дзюдо.</p> <p>12. Подготовить батарею тестов и контрольные нормативы для одного из этапов отбора спортсменов, занимающихся дзюдо.</p> <p>13. Разработка план-схемы подготовки учебно-тренировочной группы 1-го года обучения</p> <p>14. Создание презентации к докладу на конференции по материалам ВКР.</p>	<p>9-11 недели</p> <p>9-11 недели</p> <p>9-11 недели</p> <p>13-15 недели</p> <p>24-25 недели</p> <p>24-25 недели</p> <p>27-29 недели</p> <p>27-29 недели</p> <p>32-35 недели</p> <p>36-40 недели</p>	<p>5</p>
5	<p>Написание и защита рефератов на темы:</p> <p>1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения.</p> <p>2. Роль и значение тактической подготовки в дзюдо.</p> <p>3. Содержание занятий на тренировочном этапе многолетней подготовки дзюдоистов.</p> <p>4. Компоненты соревновательной деятельности и оценка их параметров в дзюдо.</p> <p>5. Характеристика тренировочных нагрузок в дзюдо.</p> <p>6. Основные пути отбора в дзюдо.</p>	<p>1-6 недели</p> <p>9-11 недели</p> <p>38-43 недели</p> <p>24-26 недели</p> <p>24-26 недели</p> <p>27-29 недели</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	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	<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.

Сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 13 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Тренировочные нагрузки в дзюдо. 2. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по греко-римской борьбе.	3 неделя 26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся дзюдо. 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в дзюдо. 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования деятельности и его особенности в дзюдо. 5. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по дзюдо. 6. Технологии восстановления спортсменов дзюдо. 7. Формирование общественного мнения о дзюдо через средства массовой информации. 8. Особенности применения фармакологии в дзюдо.	3 неделя 6 неделя 9 неделя 14 неделя 26 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	5 5 5 5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление примерного годового плана	1 неделя	5

	<p>подготовки сборной команды ведомства, страны.</p> <p>2. Прогнозирование спортивного результата в дзюдо.</p> <p>3. Разработка дневных циклов тренировок по дзюдо.</p> <p>4. Разработка недельных циклов тренировок по дзюдо.</p> <p>5. Проведение тренировочных занятий по дзюдо в группах спортивного совершенствования</p> <p>6. Анализ результатов по дзюдо на чемпионатах мира и олимпийских играх.</p> <p>7. Анализ субъективных факторов ускоряющих адаптацию к профессиональной деятельности.</p> <p>8. Планирование восстановительных мероприятий в тренировочном процессе дзюдоистов.</p> <p>9. Анализ рынка печатных изданий на спортивную тематику.</p> <p>10. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности дзюдоистов.</p> <p>11. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособность</p> <p>12. Составление краткой характеристики исследовательской работы.</p>	<p>5-6 неделя</p> <p>8 неделя</p> <p>8 неделя</p> <p>8-9 недели</p> <p>12-16 недели</p> <p>26 неделя</p> <p>28 неделя</p> <p>31 неделя</p> <p>36 неделя</p> <p>36 неделя</p> <p>39 неделя</p>	<p>5</p>
5	<p>Написание рефератов на темы:</p> <p>1. Планирование подготовки в дзюдо.</p> <p>2. Прогнозирование спортивных результатов в дзюдо.</p> <p>3. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>4. Особенности моделирования в дзюдо.</p> <p>5. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по дзюдо.</p> <p>6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по дзюдо.</p> <p>7. Создание имиджа современного дзюдоиста.</p>	<p>5 неделя</p> <p>6 неделя</p> <p>7-9 недели</p> <p>14-16 недели</p> <p>23 неделя</p> <p>25-26 неделя</p> <p>32-35 недели</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p>
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	20
	Всего:		100

№	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 зачету.

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

Сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

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 единоборств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.24 Теория и методика избранного вида спорта
(дзюдо)»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,2,3,4,5,6,7,8

Цель освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика дзюдо**» является – обеспечить освоение учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в спортивных школах (СШ), спортивных школах олимпийского резерва (СШОР), 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- 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 подготовки (ОПК-3);
- способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
- способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной конкуренции (ПК-9);
- способность реализовывать систему отбора и 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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 деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15)

- способность планировать оснащение физкультурно- спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (дзюдо)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная	Контроль	
1	Введение в дисциплину «Теория и методика дзюдо»	1	4	16	16		Зачет
2	«Обеспечение учебно-тренировочного процесса и соревнований в дзюдо»	1	4	22	28		
3	«Классификация, систематика и терминология в дзюдо»	1	4	20	12		
4	«Тренировочное занятие по дзюдо»	1	2	18	16		
5	«Оздоровительная направленность дзюдо»	1	4	14	18		
6	«Основы техники дзюдо»	2	6	20	46	9	Экзамен
7	«Основы тактики дзюдо»	2	2	14	18		
8	«Рекреация в дзюдо»	2	2	8	8		
9	«Задачи и организация НИР и УИРС по дзюдо»	2	6	12	36		
10	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27		

11	«Методика обучения в дзюдо»	3	6	18	12		Зачет
12	«Методика обучения тактике в дзюдо»	3	4	18	14		
13	«Программирование процесса обучения дзюдоистов»	3	4	18	14		
14	«Организация и проведение соревнований»	3	4	18	14		
15	«Тренировочный процесс в группах начальной подготовки»	4	4	12	38	9	Экзамен
16	«Применение технических средств в тренировке дзюдоистов»	4	2	12	22		
17	«Характеристика проявлений двигательных и психических качеств дзюдоистов»	4	4	28	4		
18	«Методики исследования в дзюдо»	4	4	20	12		
19	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»	4			27		
20	«Спортивная тактика в дзюдо»	5	4	12	2		Зачет
21	«Средства и методы тренировки в дзюдо»	5	4	12	20		
22	«Виды подготовки дзюдоистов»	5	6	22	8		
23	«Тренировочный этап (начальная специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»	5	4	12	20		
24	«Объективные условия деятельности в дзюдо»	6	4	14	18	9	Экзамен
25	«Отбор в процессе многолетней подготовки дзюдоистов»	6	4	14	18		
26	«Тренировочной этап (углубленная специализация) многолетней подготовки дзюдоистов»	6	6	14	16		
27	«Подготовка выпускной квалификационной	6	4	16	16		

	работы»						
28	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27		
29	«Управление подготовкой дзюдоистов»	7	4	12	11		Зачет
30	«Прогнозирование спортивных результатов дзюдоистов»	7	4	12	20		
31	«Тренировочный процесс на этапе совершенствования спортивного мастерства»	7	4	12	20		
32	«Моделирование деятельности дзюдоиста»	7	2	12	22		
33	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по дзюдо»	7	4	14	-		
34	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по дзюдо»	8		8	10	9	
35	«Рекреация дзюдоистов»	8	6	12	19		
36	«Агитация и пропаганда»	8	6	14	16		
37	«Фармакология в дзюдо»	8	6	14	7		
38	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	8		10	8		
39	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»	8			27		
Итого часов:			140	524	668	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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

(код и наименование)

Профиль: «Спортивная подготовка»

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института _____
Протокол № __ от «__» _____ 20__ 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.

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.

Составители:

Калашников Юрий Борисович, к.п.н., профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных боевых искусств РГУФКСМиТ

Ильенков Михаил Сергеевич, старший преподаватель кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных боевых искусств РГУФКСМиТ

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Основные цели – обеспечить прочное и сознательное овладение основами методических знаний и умений, которые необходимы педагогу (тренеру) в практической деятельности в области тхэквондо ИТФ; сформировать у бакалавров готовность к трудовой педагогической (тренерской) деятельности в области физической культуры и спорта, к самообразованию и самосовершенствованию. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВПО

Учебная дисциплина Б1.Б.21 «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» относится к профессиональным дисциплинам базовой части рабочего учебного плана 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 тхэквондо.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как «Спортивно-педагогическое совершенствование», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «История физической культуры», «Психология и педагогика физической культуры», «Физиология спорта», «Биомеханика двигательной активности», «Спортивная метрология», «Безопасность жизнедеятельности», «Восстановление в спорте», «Врачебный контроль», аналогичные тхэквондо виды спорта и др.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) Наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-3	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; - требования стандартов спортивной подготовки в тхэквондо ИТФ.	4		5
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;			

	- разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в тхэквондо ИТФ с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.			
	Владеть: - навыками планирования и проведения тренировочных занятий в тхэквондо ИТФ с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	6		7
ОПК-6	Знать: состав средств и методов тхэквондо ИТФ при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.	2		3
	Уметь: применять средства и методы тхэквондо ИТФ для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.	3		4
	Владеть: - навыками формирования здорового образа жизни средствами тхэквондо ИТФ; - построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.			
ОПК-8	Знать: - правила соревнований тхэквондо ИТФ и по базовым видам 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		2
	Уметь: - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	3		4
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.			

ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности; - апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы научного анализа результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов. 	5		6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; - интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности; - применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы. 	6		7
	<p>Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>			
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в тхэквондо ИТФ; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	2		3
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать на занятиях тхэквондо ИТФ знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. 	3		4
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в тхэквондо ИТФ с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной 	4		5

	<p>тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - современными технологиями тренировки в тхэквондо ИТФ; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям тхэквондо ИТФ; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	3		4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям тхэквондо ИТФ и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	4		5
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умением формировать мотивацию к занятиям тхэквондо ИТФ; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	4		5
ПК-10	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ИТФ; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	5		6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 тхэквондо ИТФ. 	6		7
	<p>Владеть:</p> <p>умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в тхэквондо ИТФ с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>	6		7

ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	2		3
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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). 	4		5
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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		6
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в тхэквондо ИТФ; - актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	5		6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; - пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	6		7

	Владеть: - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.	6		7
ПК-14	Знать: - основы теории и методики спортивной тренировки в тхэквондо ИТФ; - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в тхэквондо ИТФ.	3		4
	Уметь: - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.	4		5
	Владеть: - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство; - в соответствии с особенностями тхэквондо ИТФ владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.	4		5
ПК-15	Знать: - средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; - эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	3		4
	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	4		5
	Владеть: - навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности; - средствами и методами сохранения и поддерживать спортивной формы.	4		5
ПК-26	Знать: - санитарно-гигиенические нормы; - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки; - методы составления финансовых документов.	7		8
	Уметь: - составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение	8		9

	<p>физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги; - работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности. 			
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем. - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки; - методами разработки отчетной документации; - навыками принятия управленческого решения. 	8		9
ПК-28	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов. 	6		7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, - статистически обрабатывать и анализировать результаты; - осуществлять научный анализ, общение и оформление результатов исследований; - использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся. 	7		8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников; - основами организации и проведения научно-исследовательских работ; - навыками рационального использования 	7		8

	учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой. - использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности; - навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности.			
ПК-30	Знать: - принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	6		7
	Уметь: - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; - использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	7		9-10
	Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.	7		9-10

4. Структура и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часа.

№	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	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
1.	История развития тхэквондо	1	8	8	72		

1.1.	Эволюция вида спорта тхэквондо ИТФ	1	4	4	36		
1.2.	Современное состояние и тенденции развития тхэквондо как олимпийского вида спорта	1	4	4	36		
2.	Техника туль (комплексные упражнения)	1	10	64	144		
2.1.	История возникновения и общие сведения о туль	1	4	2	40		
2.2.	Методика освоения техники выполнения туль	1	6	62	104		
Итого за 1 семестр: 306 часов (8,5 з.е.)			18	72	216		
3.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	18	72	225		
3.1.	Основные понятия обучения в тхэквондо	2	2	6	34		Экзамен
3.2.	Закономерности обучения	2	2	6	34		
3.3.	Принципы обучения	2	2	6	34		
3.4.	Методы и средства обучения в тхэквондо	2	12	54	123		
Итого за 2 семестр: 324 часов (9,0 з.е.)			18	72	225	9	
ИТОГО за 1 курс: 630 часов (17,5 з.е.)			36	144	441	9	
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
4.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	6	16	30		
4.1.	Терминология и классификация техники тхэквондо	3	2	4	10		
4.2.	Биомеханические основы техники тхэквондо	3	2	6	10		
4.3.	Основные технические действия в тхэквондо	3	2	6	10		
5.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3	12	56	51		
5.1.	Техническая подготовка тхэквондистов	3	4	14	12		
5.2.	Тактическая подготовка тхэквондистов	3	4	14	12		
5.3.	Основы обучения технико-тактическим действиям	3	2	14	17		
5.4.	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения	3	2	14	10		
Итого за 3 семестр: 171 час (4,75 з.е.)			18	72	81		
6.	Физические и психические качества тхэквондистов	4	8	48	36		
6.1.	Методика развития физических качеств тхэквондистов	4	4	26	18		Экзамен
6.2.	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	4	4	22	18		

7.	Питание и регулирование массы тела тхэквондиста	4	6	24	40		
7.1.	Особенности регулирования массы тела	4	2	8	12		
7.2.	Физиологические особенности снижения массы тела	4	2	8	14		
7.3.	Фармакологические средства в процессе снижения массы тела	4	2	8	14		
Итого за 4 семестр: 171 час (4,75 з.е.)			14	72	76	9	
ИТОГО за 2 курс: 342 часа (9,5 з.е.)			32	144	157	9	
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
8.	Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов	5	10	30	20		
8.1.	Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов	5	2	6	4		
8.2.	Современные технологии биомеханических исследований в тхэквондо	5	2	6	4		
8.3.	Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов	5	2	6	4		
8.4.	Методы и технологии определения состояния сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов	5	2	6	4		
8.5.	Информационные системы и технологии в судействе соревнований	5	2	6	4		
9.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5	8	40	27		
9.1.	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	5	4	20	17		
9.2.	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	5	4	20	10		
Итого за 5 семестр: 135 часов (3,75 з.е.)			18	70	47		
9.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	6	18	70	83		
9.3.	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	6	6	22	20		Экзамен
9.4.	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	6	6	24	26		

9.5.	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)	6	6	24	37		
Итого за 6 семестр: 180 часов (5 з.е.)			18	70	83	9	
ИТОГО за 3 курс: 315 часов (8,75 з.е.)			36	140	130	9	
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
10.	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	7	6	24	42		Курсовая работа
10.1	Подготовка к научному исследованию	7	2	8	14		
10.2	Проведение и оформление научного исследования	7	2	8	14		
10.3	Методы и методики исследования в тхэквондо	7	2	8	14		
11.	Моделирование и прогнозирование в системе подготовки тхэквондистов	7	2	10	24		
11.1	Моделирование соревновательной деятельности и подготовленности в зависимости от индивидуальных особенностей тхэквондистов	7	2	10	24		
12.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7	10	38	42		
12.1	Управление тренировочным и соревновательным процессами	7	2	12	16		
12.2	Планирование подготовки тхэквондистов	7	4	12	10		
12.3	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	7	4	14	16		
Итого за 7 семестр: 198 часов (5,5 з.е.)			18	72	108		
12.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	8	12	44	54		Экзамен
12.4	Структура и содержание поединка в тхэквондо	8	4	14	14		
12.5	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	8	4	10	14		
12.6	Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо	8	2	10	14		
12.7	Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся	8	2	10	12		
13.	Особенности организации судейства соревнований по	8	6	28	54		

	ТХЭКВОНДО					
13.1	Судейство соревнований по тхэквондо	8	4	16	28	
13.2	Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо	8	2	12	26	
Итого за 8 семестр: 207 часов (5,75 з.е.)			18	72	108	9
ИТОГО за 4 курс: 405 часов (11,25 з.е.)			36	144	216	9
ИТОГО за весь период обучения: 1692 часов (47 з.е.)			140	572	944	36

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 47 зачетных единиц, 1692 академических часа.

№	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	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
1.	История развития тхэквондо	1	2	4	60		
1.1.	Эволюция вида спорта тхэквондо ИТФ	1	2	2	30		
1.2.	Современное состояние и тенденции развития тхэквондо как олимпийского вида спорта	1	-	2	30		
2.	Техника туль (комплексные упражнения)	1	4	6	80		
2.1.	История возникновения и общие сведения о туль	1	2	2	40		
2.2.	Методика освоения техники выполнения туль	1	2	4	40		
3.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	6	22	203		
3.1.	Основные понятия обучения в тхэквондо	2	2	4	40	Экзамен	
3.2.	Закономерности обучения	2	2	4	40		

3.3.	Принципы обучения	2	-	4	41		
3.4.	Методы и средства обучения в тхэквондо	2	2	10	82		
Итого за 1 курс: 396 часов (11 з.е.)			12	32	343	9	
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
4.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	6	12	136		
4.1.	Терминология и классификация техники тхэквондо	3	2	4	38		
4.2.	Биомеханические основы техники тхэквондо	3	2	4	38		
4.3.	Основные технические действия в тхэквондо	3	2	4	60		
5.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	4	6	20	153		
5.1.	Техническая подготовка тхэквондистов	4	2	4	38		
5.2.	Тактическая подготовка тхэквондистов	4	2	6	38		
5.3.	Основы обучения технико-тактическим действиям	4	2	4	37		Экзамен
5.4.	Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения	4	-	6	40		
Итого за 2 курс: 342 часа (9,5 з.е.)			12	32	289	9	
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Физические и психические качества тхэквондистов	5	4	10	60		
6.1.	Методика развития физических качеств тхэквондистов	5	2	4	30		
6.2.	Методика развития психологических качеств тхэквондистов	5	2	6	30		
7.	Питание и регулирование массы тела тхэквондиста	5	4	10	39		
7.1.	Особенности регулирования массы тела	5	2	2	12		
7.2.	Физиологические особенности снижения массы тела	5	2	4	15		
7.3.	Фармакологические средства в процессе снижения массы тела	5	-	4	12		
8.	Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов	6	4	12	100		
8.1.	Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов	6	2	2	20		Экзамен
8.2.	Современные технологии биомеханических исследований в	6	-	2	20		

	ТХЭКВОНДО						
8.3.	Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов	6	-	2	20		
8.4.	Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов	6	2	4	20		
8.5.	Информационные системы и технологии в судействе соревнований	6	-	2	20		
Итого за 3 курс: 252 часа (7 з.е.)			12	32	199	9	
4 КУРС ОБУЧЕНИЯ							
9.	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	7	2	10	60		
9.1.	Подготовка к научному исследованию	7	2	2	20		
9.2.	Написание научного исследования	7	-	4	20		
9.3.	Методы и методики исследования в тхэквондо	7	-	4	20		
10.	Моделирование и прогнозирование в системе подготовки тхэквондистов	7	2	10	32		
10.1	Моделирование соревновательной деятельности и подготовленности в зависимости от индивидуальных особенностей тхэквондистов	7	2	10	32		
11.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	8	8	12	125		
11.1	Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов	8	2	2	25		
11.2	Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований	8	2	2	25		
11.3	Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки	8	2	2	25		
11.4	Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов	8	2	2	25		
11.5	Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших	8	-	4	25		
							Курсовая работа Экзамен

	тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)						
Итого за 4 курс: 270 часов (7,5 з.е.)			12	32	217	9	
5 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
12.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	9	4	8	80		
12.1	Судейство соревнований по тхэквондо	9	2	4	40		
12.2	Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо	9	2	4	40		
13.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	9-10	8	24	299		
13.1	Управление тренировочным и соревновательным процессами	9	2	4	47		Экзамен
13.2	Планирование подготовки тхэквондистов	9	2	4	42		
13.3	Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах	10	2	4	42		
13.4	Структура и содержание поединка в тхэквондо	10	2	4	42		
13.5	Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника	10	-	4	42		
13.6	Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо	10	-	2	42		
13.7	Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся	10	-	2	42		
Итого за 5 курс: 432 часа (12 з.е.)			12	32	379	9	
ИТОГО за весь период обучения: 1692 часа (47 з.е.)			60	160	1427	45	

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 год обучения

(очное обучение, заочное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Эволюция вида спорта тхэквондо ИТФ.
2. Зарождение и распространение тхэквондо в России.
3. Куккивон – всемирный центр тхэквондо.
4. История возникновения и общие сведения о туль.
5. Исторический смысл и философское понимание выполнение схем технических комплексов.
6. Методика освоения формального комплекса туль - туль чон-джи.
7. Методика освоения формального комплекса туль - туль дан-гун.
8. Методика освоения формального комплекса туль - туль до-сан.
9. Методика освоения формального комплекса туль - туль вон-хё.
10. Методика освоения формального комплекса туль - туль юль-гок.
11. Методика освоения формального комплекса туль - туль чун-гун.
12. Методика освоения формального комплекса туль - туль тэ-гэ.
13. Методика освоения формального комплекса туль - туль хва-ранг.
14. Методика освоения формального комплекса туль - туль чун-му.
15. Методика освоения формального комплекса туль - туль кван-гэ.
16. Методика освоения формального комплекса туль - туль по-ун.
17. Методика освоения формального комплекса туль - туль ге-бек.
18. Методика освоения формального комплекса саджу чируги.
19. Методика освоения формального комплекса туль саджу макки.
20. Содержание и характеристика основных технических и судейских понятий и терминов в тхэквондо.
21. История создания классификаций техники в тхэквондо.
22. Действующая классификация техники тхэквондо.
23. Тхэквондо, как практическая область физкультурно-спортивной деятельности.
24. Общая характеристика соревновательного поединка в тхэквондо.
25. Особенности тхэквондо как вида спорта.

26. Физиологические, психологические и нравственные аспекты тхэквондо.
27. Физическая, психологическая, технико-тактическая и общетеоретическая подготовленность тхэквондистов.
28. Органическое единство и взаимосвязь отдельных компонентов подготовленности тхэквондистов, как объективная необходимость успешного ведения соревновательной деятельности в тхэквондо.
29. Двигательные умения и навыки. Их значение в процессе подготовки тхэквондиста.
30. Методика обучения в тхэквондо. Структура процесса обучения.
31. Понятия двигательное умение и двигательный навык, отличительные особенности.
32. Основные закономерности обучения.
33. Организация и планирование процесса обучения тхэквондистов.
34. Учебно-тренировочное занятие по тхэквондо, как основная форма занятий по обучению, особенности его организации и проведения.
35. Характеристика метода строго регламентированного упражнения и особенности его применения в тхэквондо.
36. Имитационные, подготовительные и подводящие упражнения. Их специфика и назначение при разучивании технических приемов в тхэквондо.
37. Особенности применения соревновательного и игрового методов в тхэквондо.
38. Словесные методы и особенности их применения при обучении и совершенствовании техники тхэквондо.
39. Методы показа - демонстрация техники и отдельных упражнений применение наглядных пособий, плакатов и видеозаписей.
40. Факторы, положительно и отрицательно влияющие на формирование двигательного навыка.
41. Системный подход к процессу обучения.
42. Непрерывность тренировочного процесса.
43. Общедидактические принципы обучения. Принципы наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности и прочности, принцип сознательности и активности.
44. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в тхэквондо.
45. Взаимосвязь общедидактических принципов.
46. Методы практического упражнения: целостный метод изучения, расчлененный метод обучения, расчлененно-конструктивный метод обучения.
47. Физические упражнения как основное средство тренировки.
48. Соревновательный метод. Специфические особенности соревновательного метода.
49. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода.
50. Круговая тренировка, ее специфические особенности.

2 год обучения
(очное обучение, заочное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Характеристики вариативности техники по биомеханическим, физиологическим и психолого-педагогическим признакам.
2. Характеристика подготавливающих и результирующих боевых действий в тхэквондо.
3. Подводящие и специально-подготовительные упражнения, способствующие овладению вариативной техникой тхэквондо.
4. Кинематическая характеристика движений и работа мышц в условиях взаимосоординации и конфликтного взаимодействия с противником.
5. Двигательные структуры приемов и соотношение скорости и усилий при выполнении двигательных действий в тхэквондо.
6. Вариативность защит в тхэквондо.
7. Качественные и количественные критерии оценки вариативной техники в тхэквондо.
8. Биомеханические основы техники тхэквондо.
9. Формирование образов выполнения результирующих боевых действий, раскрывающих биомеханические закономерности и обеспечивающих восприятие смысловых моделей вариативной техники ударов.
10. Структура ударов при выполнении атак в тхэквондо.
11. Основные технические действия в тхэквондо.
12. Техника прямого удара ближней рукой без шага.
13. Техника прямого удара дальней рукой без шага.
14. Техника прямого удара ближней рукой с полшагом.
15. Техника прямого удара дальней рукой с полшагом.
16. Техника прямого удара ближней рукой с шагом (подскоком).
17. Техника прямого удара дальней рукой с шагом (подскоком).
18. Техника прямого удара в параллельном движении.
19. Техника переднего прямого удара ближней ногой.
20. Техника переднего прямого удара дальней ногой.
21. Техника переднего удара ногой сверху.
22. Техника переднего реверсивного удара ногой.
23. Техника бокового удара ближней ногой сбоку.
24. Техника бокового удара дальней ногой сбоку.
25. Техника заднего прямого удара ближней ногой.
26. Техника заднего прямого удара дальней ногой.
27. Техника заднего прямого удара ближней ногой.
28. Техника заднего обратного кругового удара дальней ногой.
29. Техника защиты маневром туловища.
30. Техника защиты маневром по даянгу.
31. Техника защиты блоками.
32. Техника защиты подставкой.
33. Техника защиты отбивами.

34. Техническая подготовка тхэквондистов.
35. Общая техническая подготовка как фундамент специальной технической подготовки.
36. Общая техническая подготовка как процесс формирования разнообразных двигательных умений и навыков, охватывающий различные варианты решения спортивно-педагогических задач, направленных на наиболее полное использование возможностей занимающихся.
37. Методика общей технической подготовки тхэквондиста.
38. Специальная техническая подготовка как процесс формирования навыков выполнения технических действий в тхэквондо в различных условиях поединка.
39. Особенности методики специальной технической подготовки в процессе тренировки различного возрастного контингента занимающихся в подготовительном, основном и переходных периодах.
40. Этапы технической подготовки.
41. Тактическая подготовка тхэквондистов.
42. Основы тактики, определяющие тактическое мастерство спортсмена, умение составлять план поединка, навыки реализации тактического плана, гибкость тактического мышления. Роль сложных тактико-технических действий в тхэквондо.
43. Основы обучения технико-тактическим действиям.
44. Соотнесение методов обучения с содержанием обучения (техники и тактики) и этапом спортивной подготовки.
45. Индивидуальные особенности занимающихся и факторы, определяющие усвоение техники и тактики в различном возрасте.
46. Взаимосвязь техники и тактики при использовании различных методов обучения.
47. Объяснительно-иллюстративный метод обучения техники.
48. Особенности реализации принципов сознательности, активности, наглядности, системности; доступности при освоении техники.
49. Взаимосвязь принципов обучения и основных закономерностей обучения (биомеханических, психологических и педагогических).
50. Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения.

3 год обучения

(очное обучение, заочное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Физические качества тхэквондиста и их специализированность, как основа совершенствования спортивной техники и проявления двигательных возможностей спортсмена.
2. Характеристика силы, скорости, ловкости, выносливости, гибкости.
3. Классификация общеразвивающих упражнений для развития физических качеств.

4. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.
5. Проявление двигательных качеств тхэквондиста в процессе тренировки и соревнований.
6. Значение силы как физического качества, являющегося основой движений в тхэквондо (статической, динамической, амортизационной, взрывной и т.д.).
7. Основные методы силовой подготовки: использование неопредельных отягощений с предельным числом повторений; использование предельных и около предельных отягощений; использование изометрических (статических) упражнений.
8. Значение скоростных способностей для овладения техникой и тактикой тхэквондо и достижения спортивных результатов.
9. Виды двигательных реакций и их значение в противоборстве с противником.
10. Средства развития быстроты («упражнения на скорость»).
11. Основные методы развития быстроты (повторный, повторно-прогрессирующий, переменный), их характеристика (длительность выполнения упражнений, интенсивность, интервалы отдыха, число повторений, на какие группы мышц, в каких конкретных условиях тренировки и др.).
12. Характеристика ловкости как физического качества, проявляющегося в условиях противоборства тхэквондистов.
13. Скоростно-силовые усилия в приемах тхэквондо.
14. Требования к общей и специальной выносливости тхэквондиста.
15. Координационные способности, свойственные тхэквондистам.
16. Измерения ловкости. Факторы, влияющие на развитие ловкости. Способы развития ловкости. Гибкость и ее измерение.
17. Воспитание гибкости.
18. Значение скоростных способностей для овладения техникой и тактикой тхэквондо и достижения спортивных результатов.
19. Методика развития психологических качеств тхэквондистов.
20. Зависимость эмоциональных процессов и психического состояния тхэквондиста от условий подготовки к соревнованиям, масштаба соревнований, подготовленности спортсмена, состава противников.
21. Волевые качества тхэквондиста, зависимость их проявления в процессе соревнований от уровня подготовленности, взаимоотношений в коллективе, поведения тренера.
22. Методы развития смелости, решительности, находчивости, выдержки, инициативности.
23. Питание и регулирование массы тела тхэквондиста.
24. Особенности регулирования массы тела.
25. Использование физических упражнений как эффективный метод профилактики ожирения.
26. Физиологические особенности снижения массы тела.

27. Источники энергетического обеспечения мышечной деятельности - углеводы, липиды.
28. Фармакологические средства в процессе снижения массы тела.
29. Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов.
30. Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов.
31. Современные технологии биомеханических исследований в тхэквондо.
32. Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов
33. Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов.
34. Информационные системы и технологии в судействе соревнований.
35. Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо.
36. Характеристика и особенности структуры системы спортивной подготовки тхэквондистов.
37. Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований.
38. Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки.
39. Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов.
40. Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро-, мезо- и микроциклы спортивной подготовки).

4 год обучения

(очное обучение, заочное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Анализ изменений в технике, тактике, методике обучения, методике тренировки, правилах соревнований; оборудовании и инвентаре за истекший и предыдущие годы.
2. Факторы достижения высоких спортивных результатов в тхэквондо.
3. Структура и содержание соревновательной деятельности в тхэквондо.
4. Методология анализа основных показателей соревновательной деятельности в тхэквондо.
5. Параметры соревновательной деятельности как основа проектирования тренировочных заданий для совершенствования специальной подготовленности тхэквондиста.
6. Особенности судейства соревнований по тхэквондо и их влияние на содержание подготовки квалифицированных спортсменов.

7. Принципы индивидуализации подготовки тхэквондиста.
8. Модельные показатели соревновательной деятельности в тхэквондо и методика их расчета.
9. Психогигиена, психопрофилактика и психодиагностика в тхэквондо.
10. Применение методов регуляции и саморегуляции психических состояний в процессе соревнований.
11. Психологическая направленность разминки.
12. Основные методики регуляции и саморегуляции психических состояний тхэквондиста.
13. Интегральная подготовка спортсменов высокого класса.
14. Общая характеристика и особенности интегральной подготовки.
15. Основные компоненты, обуславливающие эффективность подготовки спортсменов высокого класса.
16. Принципы и положения концепции подготовки спортсменов в тхэквондо.
17. Формирование и совершенствование индивидуальной, “коронной” техники как главная цель технической подготовки тхэквондистов высшей квалификации.
18. Стабильность и вариативность техники.
19. Особенности совершенствования, сохранения и обновления “коронных” приемов техники тхэквондо.
20. Принципы формирования сложных тактико-технических действий в процессе многолетней тренировки.
21. Методология формирования и совершенствования сложных тактико-технических комплексов.
22. Моделирование сложных тактико-технических комплексов в тхэквондо.
23. Принципы разработки алгоритмов поведения тхэквондистов высокой квалификации в соревновательном поединке.
24. Формирование основ ведения противоборства в различных ситуациях соревновательного поединка.
25. Цель, задачи, средства и методы технико-тактической подготовки спортсменов высшей квалификации.
26. Критерии, определяющие тактическую подготовленность тхэквондистов высшей квалификации.
27. Высокий общий и специальный образовательный и культурный уровень - отличительная черта современного спортсмена высокой квалификации.
28. Средства и методы повышения общего и специального образовательного и культурного уровня в тхэквондо.
29. Система отбора как составная часть общей системы подготовки тхэквондоистов.
30. Роль отбора в подготовке тхэквондистов высшей квалификации.

31. Значение одаренности и способности и их проявления в деятельности тхэквондистов высшей квалификации.

32. Принципы отбора (учет распределения спортивных результатов, объективность оценки и др.). Роль спортивного коллектива в соблюдении принципов отбора.

33. Долгосрочные и промежуточные краткосрочные прогнозы относительно формирования и совершенствования высшего спортивного мастерства в тхэквондо.

34. Цель и задачи перспективного планирования - целенаправленность, педагогически целесообразное и экономное использование учебного времени.

35. Формы перспективного планирования. Документы перспективного планирования. Четырехлетний план подготовки.

36. Составление примерной документации всех видов планирования для тхэквондистов высшей квалификации. Анализ различных видов планирования как средства управления тренировочным и воспитательным процессом подготовки спортсменов высшей квалификации.

37. Особенности контроля и учета спортивного совершенствования тхэквондистов высшей квалификации регистрация тренировочных нагрузок, выполнение индивидуальных планов.

38. Формы учета: журнал, дневник тренера, дневник спортсмена. Анализ данных контроля и учета. Методы коррекции планов спортивного совершенствования на основе данных педагогического контроля.

39. Особенности организации работы в сборных командах. Цели и задачи подготовки спортсменов в сборных командах. Юридическое основание, финансовое и материальное обеспечение, документация.

40. Основы технологии управления спортивной подготовкой в сборных командах. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов.

41. Определение индивидуальных особенностей и возможностей спортсменов. Моделирование основных компонентов подготовленности спортсменов.

42. Занятия тхэквондо в системе физического воспитания в вузах и техникумах. Особенности работы по тхэквондо в нефизкультурных вузах и техникумах: задачи и организация, нормы, требования программы.

43. Характеристика контингента занимающихся тхэквондо в вузах и техникумах. Содержание и особенности организации занятий на подготовительном отделении и на отделении спортивного совершенствования.

44. Особенности планирования спортивной работы при наличии контингента с различной спортивной подготовленностью.

45. Основные направления научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта.

46. Управление организацией научно-исследовательской работы в отрасли. Система научных грантов и условия участия в научных конкурсах.

47. Информационное обеспечение научно-исследовательской деятельности. Научные журналы. Поиск научной информации в Интернете.

48. Творческая система “тренер-ученик”. Взаимоотношения “тренер-коллектив”. Способы управления коллективом: автократический, либеральный и демократический.

49. Творческая концепция деятельности тренера.

50. Профессионализм тренера как основа реализации творческой концепции подготовки спортсменов высокого класса.

51. Структура и содержание учебно-тренировочной работы в сборных командах.

52. Содержание различных форм комплексного контроля за состоянием спортсменов. Организация работы комплексных научных групп (КНГ).

53. Планирование учебно-тренировочных сборов по подготовке к крупнейшим соревнованиям (длительность, количество участников, задачи, средства и методы работы).

54. Планирование основных мероприятий воспитательной работы в сборных командах.

55. Организационно-методические основы подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.

56. Структура и содержание работы оргкомитета по проведению мероприятия. План основных разделов работы по подготовке и проведению спортивно-массовых мероприятий.

5 год обучения (заочное обучение)

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Принципы формирования сложных тактико-технических действий в процессе многолетней тренировки.

2. Методология формирования и совершенствования сложных тактико-технических комплексов.

3. Моделирование сложных тактико-технических комплексов в тхэквондо.

4. Принципы разработки алгоритмов поведения тхэквондистов высокой квалификации в соревновательном поединке.

5. Формирование основ ведения противоборства в различных ситуациях соревновательного поединка.

6. Цель, задачи, средства и методы технико-тактической подготовки спортсменов высшей квалификации.

7. Критерии, определяющие тактическую подготовленность тхэквондистов высшей квалификации.

8. Высокий общий и специальный образовательный и культурный уровень - отличительная черта современного спортсмена высокой квалификации.

9. Средства и методы повышения общего и специального образовательного и культурного уровня в тхэквондо.

10. Система отбора как составная часть общей системы подготовки тхэквондоистов.

11. Роль отбора в подготовке тхэквондистов высшей квалификации.

12. Значение одаренности и способности и их проявления в деятельности тхэквондистов высшей квалификации.

13. Принципы отбора (учет распределения спортивных результатов, объективность оценки и др.). Роль спортивного коллектива в соблюдении принципов отбора.

14. Долгосрочные и промежуточные краткосрочные прогнозы относительно формирования и совершенствования высшего спортивного мастерства в тхэквондо.

15. Цель и задачи перспективного планирования - целенаправленность, педагогически целесообразное и экономное использование учебного времени.

16. Формы перспективного планирования. Документы перспективного планирования. Четырехлетний план подготовки.

17. Составление примерной документации всех видов планирования для тхэквондистов высшей квалификации. Анализ различных видов планирования как средства управления тренировочным и воспитательным процессом подготовки спортсменов высшей квалификации.

18. Особенности контроля и учета спортивного совершенствования тхэквондистов высшей квалификации регистрация тренировочных нагрузок, выполнение индивидуальных планов.

19. Формы учета: журнал, дневник тренера, дневник спортсмена. Анализ данных контроля и учета. Методы коррекции планов спортивного совершенствования на основе данных педагогического контроля.

20. Особенности организации работы в сборных командах. Цели и задачи подготовки спортсменов в сборных командах. Юридическое основание, финансовое и материальное обеспечение, документация.

21. Основы технологии управления спортивной подготовкой в сборных командах. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов.

22. Определение индивидуальных особенностей и возможностей спортсменов. Моделирование основных компонентов подготовленности спортсменов.

23. Занятия тхэквондо в системе физического воспитания в вузах и техникумах. Особенности работы по тхэквондо в нефизкультурных вузах и техникумах: задачи и организация, нормы, требования программы.

24. Характеристика контингента занимающихся тхэквондо в вузах и техникумах. Содержание и особенности организации занятий на подготовительном отделении и на отделении спортивного совершенствования.

25. Особенности планирования спортивной работы при наличии контингента с различной спортивной подготовленностью.

26. Основные направления научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта.

27. Управление организацией научно-исследовательской работы в отрасли. Система научных грантов и условия участия в научных конкурсах.

28. Информационное обеспечение научно-исследовательской деятельности. Научные журналы. Поиск научной информации в Интернете.
29. Творческая система “тренер-ученик”. Взаимоотношения “тренер-коллектив”. Способы управления коллективом: автократический, либеральный и демократический.
30. Творческая концепция деятельности тренера.
31. Профессионализм тренера как основа реализации творческой концепции подготовки спортсменов высокого класса.
32. Структура и содержание учебно-тренировочной работы в сборных командах.
33. Содержание различных форм комплексного контроля за состоянием спортсменов. Организация работы комплексных научных групп (КНГ).
34. Планирование учебно-тренировочных сборов по подготовке к крупнейшим соревнованиям (длительность, количество участников, задачи, средства и методы работы).
35. Планирование основных мероприятий воспитательной работы в сборных командах.
36. Организационно-методические основы подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.
37. Структура и содержание работы оргкомитета по проведению мероприятия. План основных разделов работы по подготовке и проведению спортивно-массовых мероприятий.

Примерная тематика курсовых работ

1. Зарождение и развитие тхэквондо ИТФ в России.
2. Классификация техники в тхэквондо ИТФ.
3. Физическая подготовка тхэквондистов: средства, методы и методики.
4. Психологическая подготовка тхэквондистов: средства, методы и методики.
5. Техническая подготовка тхэквондистов: средства, методы и методики.
6. Тактическая подготовка тхэквондистов: средства, методы и методики.
7. Системный подход в формировании знаний, умений и навыков тхэквондистов.
8. Периодизация спортивной подготовки тхэквондистов.
9. Методы обучения в тхэквондо.
10. Методы научных исследований в тхэквондо ИТФ.
11. Питание и регулирование массы тела тхэквондиста.
12. Структура и содержание соревновательной деятельности в тхэквондо.
13. Особенности судейства соревнований в тхэквондо ИТФ.
14. Принципы индивидуализации подготовки тхэквондиста.
15. Факторы достижения высоких спортивных результатов в тхэквондо.
16. Произвольная тема (в соответствии с темой выпускной квалификационной работы).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Ю.Б. Калашников, О.Б. Малков, Т.В. Калашникова, М.Ю. Калашников. Совершенствование технико-тактической подготовки в тхэквондо: учеб. пособие для институтов ИФК. – М.: Изд-во Физическая культура, 2013 -185 с.
2. Совершенствование тактической подготовки в единоборствах / Под общей редакцией профессора Ю.Б. Калашникова. – М.: Физическая культура, 2015. – 83 с.
3. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей. – М.: ФиС, 2008. -232 с. (59011)
4. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах / Под редакцией А.Ф. Шарипова и О.Б. Малкова. – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 220 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бойченко С.Д., Тышлер Д.А. Методика тактической подготовки фехтовальщика – Минск: Вышэйшая школа, 1983. – 173 с.
2. Бокс: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. И.П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 287 с.
3. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 1: К голубому поясу : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 176 с.: ил.
4. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 2: От голубого пояса-к черному : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 176 с.: ил.
5. Гил К. Искусство таэквондо. Ступень 3: От второго дана -к четвертому : Три ступени: Пер. с нем. / Гил К., Ким Чур Хван. - М.: Сов. спорт, 1991. - 192 с.: ил. Гил К. Основы тэквондо / Гил Константин. - М.: Гранд-Фаир, 2002. - 271 с.: ил.
6. Гиль К. Таэквон-до: Корейс. боевой вид спорта / Гиль К. - изд. испр. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 1998. - 223 с.: ил.
7. Джероян Г.О. Тактическая подготовка боксеров. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 110 с.
8. Ким С. Тэквондо: Ча Ен Рю - естественный путь / Ким Су. - М.: Гранд-Фаир, 2001. - 479 с.: ил.
9. Ли С.М. Современное тэквондо / Ли Сун Ман, Рике Гэтэйн. - М.: Гранд-Фаир, 2002. - 345 с.: ил.
10. Моделирование соревновательной деятельности в единоборствах: тактика таэквондо и дзюдо, основы тренировки. Вып. 1 : сб. науч.-метод. ст. / Под ред. Ю. Б. Калашникова; РГАФК. - М., 1999. - 101 с.: ил
11. Родионов А.В. Психология спортивного поединка. – М.: Физкультура и спорт, 1968, – 128 с.
12. Родионов А.В. Сопряженное возрастное развитие когнитивных и психомоторных качеств юных единоборцев / Родионов А.В. // Научные

- труды 1997 года / Под ред. С.Д. Неверковича и др.; ВНИИФК. - М., 1998. - С. 259-268.
13. Романенко В.В. Биомеханический анализ основных технических приемов, выполняемых ногами в таэквондо = Biomechanical analysis of the basic technique executed by feet in taekwondo / Романенко В.В. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / [под ред. Ермакова С.С.] ; М-во образования и науки Украины, Харьков. гос. акад. дизайна и искусств (Харьков. худож.-пром. ин-т). - Харьков, 2008. - N 1. - С. 44-49.
 14. Романов В.М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 189 с.
 15. Соколов И.С. Основы таэквон-до / Соколов И.С. - М.: Сов. спорт, 1994. - 255 с.: ил.)
 16. Спортивное фехтование: учеб. для вузов физ. культуры / под общ. ред. Д.А. Тышлера. – М. : ФОН, 1997. – 385 с.
 17. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах : борьба, каратэ, тхэквондо, фехтование : сб. ст. / под общ. ред. А.Н. Блеера. - М.: Физическая культура, 2010. - 215 с.: ил.
 18. Тхэквондо : Теория и методика : учеб. для СДЮШОР, спортив. фак. пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимп. резерва : доп. М-вом образования РФ : учеб. для студентов образов. учреждений среднего проф. образования. Т. 1: Спортив. единоборство / под ред. Ю.А. Шулики, Е.Ю. Ключникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 797 с.: ил.
 19. Тхэквондо: Сб.науч.ст. / Рос. гос. акад. физ. культуры. –М., 1998.
 20. Теория спорта / под ред.проф. В.Н. Платонова. – Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1987. – 424 с.
 21. Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщика на саблях. – М.: Физкультура и спорт, 1961. –214 с.
 22. Цой Хонг Хи. Энциклопедия тхэквон-до / Цой Хонг Хи. – М.: Международные отношения, 1991. – 765 с.
 23. Эпов О.Г. Основы маневрирования в тхэквондо ВТФ : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / О.Г. Эпов. - М.: Физ. культура, 2009. - 162 с.: ил.
 24. Эпов О.Г., Назаров Э.П. Уровень физической подготовки тхэквондистов высокого класса (статья). Здоровье и физическая культура: сборник научных трудов. Под общей ред. Д.п.н., проф. Губа В.П. – Смоленск: СГИФК, 2002.-С, 25-27.
 25. Эпов О.Г., Малков О.Б., Иванов В.А. Тактика провокационного маневрирования в тхэквондо (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах: материалы III Международной научно-практической конференции, посвящённой памяти профессора Чумакова Е.М. – М.: РИО РГУФК, 2003. – С. 112-116.
 26. Ю.Б. Калашников, О.Б. Малков. Тхэквондо ИТФ. Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.:

Физкультура и Спорт. – 2009. – 160 с.

27. Садовски Е. Исследование особенностей развития координационных способностей высококвалифицированных таэквондистов и кикбоксеров на основе компьютерных и аппаратурных методов измерения / Е. Садовски // Физическое воспитание и здоровье молодежи : сб. науч. тр. / Междунар. ассоц. по спорт. моторике [и др.]; под ред. Анатолия Д. Скрипко, Влодзимежа Старосты. - Варшава; Минск, 2002. - С. 99
28. Садовски Е. Направленные изменения структуры координационных способностей спортсменов в спортивных единоборствах / Садовски Е. // Сборник научных трудов ВНИИФК 2000 г. - М., 2001. - С. 332 .
29. Садовски Е. О ведущих координационных способностях в спортивных единоборствах / Садовски Е. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : 7 Междунар. науч. конгр. : Материалы конф., 24-27 мая 2003 г. - М., 2003. - Т. 3. - С. 230-231.
30. Турецкий Б.В. Поединок фехтовальщиков. – Киев: Здроров'я, 1985. – 71 с.
31. Тышлер Д.А. Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: учеб. пособие. – М. : Деловая лига, 2002. – 254 с.
32. Фехтование: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред К.Т. Булочко. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 431 с.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. <http://www.itf-russia.com/> – Федерация тхэквондо ИТФ России
2. <http://www.taekwondo-moscow.ru/> – Московская федерация тхэквондо ИТФ
3. <http://www.taekwon-do.ru/> – Московская школа тхэквондо
4. <http://lib.sportedu.ru/> – Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РГУФКСМиТ.
5. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/> – Журная «Теория и практика физической культуры».
6. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/> – Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».
7. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPPEVS/> – Журнал «Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта».
8. <http://lib.sportedu.ru/Press/FVS/> – Журнал «Физическое воспитание студентов».
9. <http://lib.sportedu.ru/Annuals/> – Ежегодный сборник статей издательства ФКиС.

1. Школа тхэквондо: Техника спарринга
2. The Cutting Edge
3. Сериал: Школа тхэквондо
Формат: DVD (PAL) (Упрощенное издание) (Keep case)
Дистрибьютор: Vlad LISHBERGOV

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

7.1. Специализация ГиМ тхэквондо ИТФ, имеет лекционные аудитории, специализированный зал тхэквондо, компьютерный класс, восстановительный центр, множительную технику, технические средства, компьютеры.

7.2. Студенты кафедры могут пользоваться бассейном, тренажёрным залом, отраслевой библиотекой E-mail: SPORTLIB@UMAIL.RU/ Лабораторным оборудованием и техническими средствами НИИ Спорта РГУФКСМиТ:

– Спортивный зал УСЗК РГУФКСМиТ №29.

7.3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

Ноутбук Aser – 2008 г. – 2 шт.

Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 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.

Оборудование и технические средства НИИ Спорта РГУФКСМиТ предназначены для исследования функционального состояния различных систем организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной, а также высшей нервной деятельности и опорно-двигательного аппарата (тензометрические методики). С помощью оборудования и технических средств можно оценить физическое развитие спортсмена; уровень физической, технико-тактической, психологической подготовленности; уровень общей и специальной работоспособности.

Полученные параметры позволяют:

- оценить метаболические состояния организма спортсмена при различных режимах мышечной работы;

- установить значения аэробного порога, порога анаэробного обмена, МПК;

- провести диагностику уровня специальной работоспособности.

Спортивный инвентарь

1. Шлемы защитные;

2. Накладки (руки/ноги) ;

3. Протекторы двухсторонние;
4. Добки.
5. Мешки боксерские.
6. Лапы боксерские.
7. Шиты-подушки ударные.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 1 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

1 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Эволюция вида спорта тхэквондо ИТФ»	3 неделя	15
2	Опрос по теме «Современное состояние и тенденции развития тхэквондо как олимпийского вида спорта»	6 неделя	15
3	Опрос по теме «История возникновения и общие сведения о туль»	8 неделя	15
4	Опрос по теме «Методика освоения техники выполнения туль»	11 неделя	15
5	Тестирование по пройденному материалу	9-14 недели	25
6	Посещение занятий	В течение семестра	15
ИТОГО			100 баллов

2 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Основные понятия обучения в тхэквондо»	26 неделя	5
2	Опрос по теме «Закономерности обучения»	30 неделя	5

3	Опрос по теме «Принципы обучения»	32 неделя	5
4	Опрос по теме «Методы и средства обучения в тхэквондо»	35 неделя	5
5	Тестирование по теме «Основы методики обучения в тхэквондо»	40 неделя	15
6	Написание реферата	41-42 недели	20
7	Посещение занятий	В течение семестра	15
8	Экзамен	44 неделя	30
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 2 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

3 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Терминология и классификация техники тхэквондо»	3 неделя	15
2	Контрольная работа «Биомеханические основы техники тхэквондо»	6 неделя	15
3	Контрольная работа «Основные технические действия в тхэквондо»	8 неделя	15
4	Опрос по теме «Техническая подготовка тхэквондистов»	10 неделя	10
5	Опрос по теме «Тактическая подготовка тхэквондистов»	12 неделя	10
6	Опрос по теме «Основы обучения технико-тактическим действиям»	13 неделя	10
7	Опрос по теме «Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения»	14 неделя	10
8	Посещение занятий	В течение семестра	15
ИТОГО			100 баллов

4 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
---	--	--	----------------------------

1	Опрос по теме «Методика развития физических качеств тхэквондистов»	20 неделя	5
2	Опрос по теме «Методика развития психологических качеств тхэквондистов»	23 неделя	5
3	Опрос по теме «Особенности регулирования массы тела»	25 неделя	5
4	Опрос по теме «Физиологические особенности снижения массы тела»	27 неделя	5
5	Опрос по теме «Фармакологические средства в процессе снижения массы тела»	32 неделя	5
6	Написание реферата	34 неделя	15
7	Итоговое тестирование	38 неделя	15
8	Посещение занятий	В течение семестра	15
9	Экзамен	39 неделя	30
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 3 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

5 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов»	4 неделя	17
2	Опрос по теме «Современные технологии биомеханических исследований в тхэквондо»	6 неделя	17
3	Опрос по теме «Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов»	10-12 недели	17
4	Опрос по теме «Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов»	14 неделя	17
5	Опрос по теме «Информационные системы и технологии в судействе соревнований»	16 неделя	17
6	Посещение занятий	В течение семестра	15
ИТОГО			100 баллов

6 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных	20 неделя	5

	соревнований»		
2	Опрос по теме «Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки»	24 неделя	5
3	Опрос по теме «Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов»	29 неделя	5
4	Опрос по теме «Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)»	33 неделя	10
5	Написание реферата	37 неделя	15
6	Итоговое тестирование	39 неделя	15
7	Посещение занятий	В течение семестра	15
8	Экзамен	40 неделя	30
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 4 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профили «Спортивная подготовка» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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

7 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»	7 неделя	20
2	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»	9-11 неделя	20
3	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»	14 неделя	20
4	Опрос по теме «Моделирование соревновательной деятельности и подготовленности в зависимости от индивидуальных особенностей тхэквондистов»	16 неделя	25
5	Посещение занятий	В течение семестра	15
ИТОГО			100 баллов

8 семестр

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Управление тренировочным и соревновательным процессами»	23 неделя	5
2	Опрос по теме «Планирование подготовки тхэквондистов»	25 неделя	5
3	Опрос по теме «Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах»	28 неделя	5

4	Опрос по теме «Структура и содержание поединка в тхэквондо»	29 неделя	5
5	Опрос по теме «Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника»	30 неделя	5
6	Опрос по теме «Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо»	32 неделя	5
7	Опрос по теме «Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся»	33 неделя	5
8	Опрос по теме «Судейство соревнований по тхэквондо»	34 неделя	5
9	Опрос по теме «Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо»	35 неделя	5
10	Итоговое тестирование	36 неделя	10
11	Посещение занятий	В течение семестра	15
12	Экзамен	40 неделя	30
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-	2		3	4	5	

цифровое выражение оценки	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 1 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теме «Эволюция вида спорта тхэквондо ИТФ»		5
2	Опрос по теме «Современное состояние и тенденции развития тхэквондо как олимпийского вида спорта»		5
3	Опрос по теме «История возникновения и общие сведения о туль»		5
4	Опрос по теме «Методика освоения техники выполнения туль»		5
5	Опрос по теме «Основные понятия обучения в тхэквондо»		5
6	Опрос по теме «Закономерности обучения»		5
7	Опрос по теме «Принципы обучения»		5
8	Опрос по теме «Методы и средства обучения в тхэквондо»		5
9	Тестирование по теме «Основы методики обучения в тхэквондо»		10
10	Написание реферата		10
11	Тестирование по пройденному материалу		10
12	Посещение занятий		10
13	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 2 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Контрольная работа «Терминология и классификация техники тхэквондо»		10
2	Контрольная работа «Биомеханические основы техники тхэквондо»		10
3	Контрольная работа «Основные технические действия в тхэквондо»		10
4	Опрос по теме «Техническая подготовка тхэквондистов»		10
5	Опрос по теме «Тактическая подготовка тхэквондистов»		10
6	Опрос по теме «Основы обучения технико-тактическим действиям»		10
7	Опрос по теме «Основы профессиональной тактико-технической подготовки студентов различными методами обучения»		10
8	Посещение занятий		10
9	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	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 (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдать зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 3 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Опрос по теме «Методика развития физических качеств тхэквондистов»		5
2	Опрос по теме «Методика развития психологических качеств тхэквондистов»		5
3	Опрос по теме «Особенности регулирования массы тела»		5
4	Опрос по теме «Физиологические особенности снижения массы тела»		5
5	Опрос по теме «Фармакологические средства в процессе снижения массы тела»		5
6	Опрос по теме «Современные методы и технологии исследования физической работоспособности тхэквондистов»		5
7	Опрос по теме «Современные технологии биомеханических исследований в тхэквондо»		5
8	Опрос по теме «Методы и технологии определения морфологического статуса тхэквондистов»		5
9	Опрос по теме «Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма тхэквондистов»		5
10	Опрос по теме «Информационные системы и технологии в судействе соревнований»		5
11	Написание реферата		10
12	Итоговое тестирование		10
13	Посещение занятий		10
14	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдать зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 4 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»		5
2	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»		5
3	Опрос по теме «Методы и методики исследования в тхэквондо»		5
4	Опрос по теме «Моделирование соревновательной деятельности и подготовленности в зависимости от индивидуальных особенностей тхэквондистов»		5
5	Опрос по теме «Построение плана соревновательной деятельности с учетом закономерностей развития и поддержания спортивной формы, календаря официальных соревнований»		5
6	Опрос по теме «Структура соревновательных и тренировочных нагрузок, средства и методы тренировки на этапах спортивной подготовки»		5
7	Опрос по теме «Этапное планирование соревновательного и тренировочного процессов. Составление индивидуальных годовых планов»		5
8	Опрос по теме «Построение программ тренировочной подготовки. Технология построения больших тренировочных циклов (макро, мезо и микроциклы спортивной подготовки)»		5
9	Написание реферата		15
10	Итоговое тестирование		15
11	Посещение занятий		10

12	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е 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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдав зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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 (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)» для студентов 5 курса Института спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиля «Спортивная подготовка» заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9, 10 семестры.

Форма промежуточной аттестации: 10 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	Опрос по теме «Управление тренировочным и соревновательным процессами»		5
2	Опрос по теме «Планирование подготовки тхэквондистов»		5
3	Опрос по теме «Организационно-методические особенности подготовки тхэквондистов в ДЮСШ, СДЮСШОР, ВУЗах»		5
4	Опрос по теме «Структура и содержание поединка в тхэквондо»		5
5	Опрос по теме «Управление механизмами разрушения системы управления движениями противника»		5
6	Опрос по теме «Организация и проведение показательных выступлений по тхэквондо»		5
7	Опрос по теме «Организация и проведение занятий по тхэквондо с различным контингентом занимающихся»		5
8	Опрос по теме «Судейство соревнований по тхэквондо»		5
9	Опрос по теме «Особенности организации и проведения различных соревнований по тхэквондо»		5
10	Написание реферата		10
11	Итоговое тестирование		15
12	Посещение занятий		10
13	Экзамен		20
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е 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 зачету (экзамену).

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

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 46 баллов (31 балла), имея возможность, сдать зачет (экзамен) на «отлично», получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), 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

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 (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (тхэквондо ИТФ)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
(код и наименование)

Профиль: «Спортивная подготовка»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*
Год набора 2015 г.

Москва – 2015 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет: на очном и заочном обучении – 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): на очном обучении - 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 семестры, на заочном обучении – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 семестры.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый 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.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

В результате освоения дисциплины студент должен обладать следующими компетенциями:

- способностью 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);
- способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);
- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);
- способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);
- способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- способностью реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- способностью 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);
- способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15)
- способностью планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

- способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

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	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
1.	История развития тхэквондо	1	8	8	72		
2.	Техника туль (комплексные упражнения)	1	10	64	144		
Итого за 1 семестр: 306 часов (8,5 з.е.)			18	72	216		
3.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	18	72	225		Экзамен
Итого за 2 семестр: 324 часов (9,0 з.е.)			18	72	225	9	
ИТОГО за 1 курс: 630 часов (17,5 з.е.)			36	144	441	9	
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
4.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	6	16	30		
5.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	3	12	56	51		
Итого за 3 семестр: 171 час (4,75 з.е.)			18	72	81		
6.	Физические и психические качества тхэквондистов	4	8	48	36		Экзамен
7.	Питание и регулирование массы тела тхэквондиста	4	6	24	40		
Итого за 4 семестр: 171 час (4,75 з.е.)			14	72	76	9	
ИТОГО за 2 курс: 342 часа (9,5 з.е.)			32	144	157	9	
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							

8.	Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов	5	10	30	20		
9.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	5	8	40	27		
Итого за 5 семестр: 135 часов (3,75 з.е.)			18	70	47		
9.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	6	18	70	83		Экзамен
Итого за 6 семестр: 180 часов (5 з.е.)			18	70	83	9	
ИТОГО за 3 курс: 315 часов (8,75 з.е.)			36	140	130	9	
4 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
10.	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	7	6	24	42		Курсовая работа
11.	Моделирование и прогнозирование в системе подготовки тхэквондистов	7	2	10	24		
12.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	7	10	38	42		
Итого за 7 семестр: 198 часов (5,5 з.е.)			18	72	108		
12.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	8	12	44	54		Экзамен
13.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	8	6	28	54		
Итого за 8 семестр: 207 часов (5,75 з.е.)			18	72	108	9	
ИТОГО за 4 курс: 405 часов (11,25 з.е.)			36	144	216	9	
ИТОГО за весь период обучения: 1692 часов (47 з.е.)			140	572	944	36	

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	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
1.	История развития тхэквондо	1	2	4	60		

2.	Техника туль (комплексные упражнения)	1	4	6	80		
3.	Основы методики обучения в тхэквондо	2	6	22	203		Экзамен
Итого за 1 курс: 396 часов (11 з.е.)			12	32	343	9	
2 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
4.	Теоретические основы и анализ техники тхэквондо	3	6	12	136		
5.	Технико-тактическая подготовка тхэквондистов	4	6	20	153		Экзамен
Итого за 2 курс: 342 часа (9,5 з.е.)			12	32	289	9	
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
6.	Физические и психические качества тхэквондистов	5	4	10	60		
7.	Питание и регулирование массы тела тхэквондиста	5	4	10	39		
8.	Информационные технологии в тренировочной и соревновательной деятельности тхэквондистов	6	4	12	100		Экзамен
Итого за 3 курс: 252 часа (7 з.е.)			12	32	199	9	
4 КУРС ОБУЧЕНИЯ							
9.	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	7	2	10	60		
10.	Моделирование и прогнозирование в системе подготовки тхэквондистов	7	2	10	32		
11.	Организация и планирование спортивной подготовки в тхэквондо	8	8	12	125		Курсовая работа Экзамен
Итого за 4 курс: 270 часов (7,5 з.е.)			12	32	217	9	
5 ГОД ОБУЧЕНИЯ							
12.	Управление спортивной подготовкой тхэквондистов	9-10	8	24	299		
13.	Особенности организации судейства соревнований по тхэквондо	10	4	8	80		Экзамен
Итого за 5 курс: 432 часа (12 з.е.)			12	32	379	9	
ИТОГО за весь период обучения: 1692 часа (47 з.е.)			60	160	1427	45	

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 (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики единоборств
Протокол № 30 от 12 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
Протокол № 29 от 19 апреля 2017 г.

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» является успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по каратэдо – для работы в спортивных школах (СП) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» 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 каратэдо.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 и др.

Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-3	<p>Знать: принципы и методы обучения базовой технике в каратэдо; медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся каратэдо в группах предварительной и начальной подготовки; требований стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся в группах предварительной и начальной подготовки и требований образовательных стандартов по каратэдо. 	5
	<p>Знать: основы теории и методики физической культуры и спорта; принципы и методы обучения <i>КАТА</i> в каратэдо; медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки каратэистов; требования стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом.</p> <p>Уметь: применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов.</p>	6

	<p>Знать: теорию и методику обучения каратэдо; принципы и методы обучения <i>КУМИТЭ</i> в каратэдо; медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки каратэистов; требования стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом.</p>	8
	<p>Уметь: применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов.</p>	
ОПК-6	<p>Знать: – основы разностороннего развития занимающихся средствами каратэдо; – принципы построения занятий по каратэдо оздоровительной направленности</p>	5
	<p>Знать: – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в каратэдо; – особенности протекания восстановления при занятиях каратэдо.</p>	7
	<p>Уметь: подбирать и использовать восстановительные средства, используемые после стандартных и повышенных тренировочных нагрузок в каратэдо;</p>	
	<p>Владеть: – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе каратэистов</p>	
ОПК-8	<p>Знать: эволюцию правил соревнований по каратэдо; судейскую терминологию при проведении соревнований по видам соревновательной деятельности в каратэдо; основные требования к одежде и личному инвентарю участников соревнований.</p>	8
	<p>Знать: правила соревнований по каратэдо; документы планирования и проведения соревнований; особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</p>	9

	<p>– обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.</p> <p>Уметь: организовывать и проводить соревнования различного уровня; осуществлять объективное судейство соревнований; обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований</p>	
ОПК-11	<p>Знать: основы научно-методической деятельности в каратэдо; апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</p>	7
	<p>Знать: методы научного анализа и обработки результатов исследований</p> <p>Уметь: – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований.</p>	8
	<p>Уметь: – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности</p>	9
	<p>Уметь: – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы</p> <p>Владеть: методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>	10
ПК-8	<p>Знать: – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки в каратэдо; – медико-биологических и психологических основы и технологию тренировки в каратэдо; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p>	3

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по каратэдо знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. 	5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в каратэдо с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в каратэдо; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	9
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику двигательной деятельности в каратэдо</p>	4
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 	5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	6
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к занятиям каратэдо 	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям каратэдо 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>умением формировать мотивацию к занятиям каратэдо</p>	8
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в каратэдо; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	5
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</p>	6

	<p>определять предрасположенность к занятиям определенными видами соревновательной деятельности в каратэдо;</p> <p>– анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка;</p> <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в каратэдо.</p>	
ПК-11	<p>Знать:</p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в каратэдо</p>	4
	<p>Уметь:</p> <p>составлять обучающие программы по видам соревновательной деятельности в каратэдо</p>	
	<p>Уметь:</p> <p>– составлять планы тренировочных занятий, микро- и мезоциклов тренировок в соответствии с определённым периодом подготовки каратэистов на этапах предварительной и начальной подготовок в каратэдо.</p>	5
	<p>Уметь:</p> <p>– составлять планы тренировочных занятий, микро-, мезо- и макроциклов тренировок по видам соревновательной деятельности в соответствии с определённым периодом подготовки каратэистов на этапе спортивной специализации в каратэдо.</p>	7
ПК-13	<p>Знать:</p> <p>– содержание и организацию педагогического контроля в каратэдо;</p> <p>– актуальные технологии управления состоянием спортсмена</p>	9
	<p>Уметь:</p> <p>– разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение;</p> <p>– фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля;</p> <p>– находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.</p>	
	<p>Владеть:</p> <p>– актуальными для каратэдо технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</p>	
ПК-14	<p>Знать:</p> <p>основы теории и методики спортивной тренировки в каратэдо; средства и методы физической, технической, тактической, психической и интегральной подготовки в каратэдо.</p>	7

	<p>Уметь: совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; в соответствии с особенностями избранного вида соревновательной деятельности в каратэдо демонстрировать технику движений, технико-тактические действия, средства выразительности в <i>КАТА</i>.</p>	
ПК-15	<p>Знать: – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</p>	9
	<p>Уметь: – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</p>	
ПК-26	<p>Знать: – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки</p>	6
	<p>Уметь: – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги</p>	
	<p>Владеть: – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем</p>	7
	<p>Знать: – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.</p>	4
	<p>Уметь: – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования</p>	
<p>Владеть: – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки</p>	5	

ПК-28	Знать: – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	6
	Уметь: – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в каратэдо с использованием апробированных методик	8
	Владеть: навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в каратэдо	9
ПК-30	Знать: – методологии исследовательской деятельности в каратэдо	6
	Уметь: – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	8
	Владеть: опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	10

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц или 1692 академических часов, из них: аудиторных занятий – 220 часов, самостоятельная работа студентов – 1427 часов, экзамены – 45 часов. Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей: 3 дня подготовки – 27 часов и 1 день на экзамен – 9 часов.

Условные обозначения: **Практика** – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); **СРС** – самостоятельная работа студентов (в числителе – количество часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя); **ЗЕТ** – зачётные единицы трудоёмкости.

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»	Семестр	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль	
I курс		1	5	180	6	16	158	-	
0	Пропедевтика Введение в дисциплину «Теория и методика каратэдо»		0,4	14	1	-	13		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		1,33	48	5	-	43		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,33	48	-	7	41		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,61	22	-	2	20		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1,33	48	-	7	41		
I курс		2	6	216	6	16	185	9	экзамен
1	История каратэдо		1	36	4	-	32		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		1	36	2	-	34		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,22	44	-	7	37		

4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	2	16		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1,28	46	-	7	39		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за I курс			11	396	12	32	343	9	
II курс		3	4	144	6	16	122	-	
1	Вопросы современного развития каратэдо		0,1	4	1	-	3		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		0,4	14	2	-	12		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	6	30		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	2	16		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1	36	-	6	30		
6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо		1	36	3	2	31		
II курс		4	5,5	198	6	16	167	9	экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,5	18	-	1	17		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1	36	-	4	32		
6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо		1	36	2	2	32		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо		0,5	18	3	2	13		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения		0,5	18	1	3	14		

Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за II курс		9,5	342	12	32	289	9	
III курс		5	4	144	6	16	122	-
1	Вопросы современного развития каратэдо	0,1	4	-	-	4		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	1	36	-	4	32		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,4	14	-	1	13		
5	Интегральная подготовка в каратэдо	1	36	-	4	32		
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо	0,5	18	3	1	14		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо	0,5	18	3	2	13		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения	0,5	18	-	4	14		
III курс		6	3	108	6	16	77	9 экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	0,39	14	-	4	10		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,11	4	-	1	3		
5	Интегральная подготовка в каратэдо	0,39	14	-	4	10		
9	Управление системой подготовки каратэиста	0,39	14	3	2	9		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо	0,33	12	1	3	8		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	0,39	14	2	2	10		
Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за III курс		7	252	12	32	199	9	

IV курс		7	4,5	162	7	15	140	-	
1	Вопросы современного развития каратэдо		0,1	4	-	-	4		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,4	14	-	-	14		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1	36	-	4	32		
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо		1	36	5	-	31		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо		0,5	18	2	3	13		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения		0,5	18	-	4	14		
IV курс		8	3	108	5	17	77	9	экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,5	18	-	4	14		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,17	6	-	2	4		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		0,5	18	-	4	14		
9	Управление системой подготовки каратэиста		0,33	12	2	2	8		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо		0,25	9	1	1	7		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		0,25	9	2	4	3		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за IV курс			7,5	270	12	32	217	9	

V курс		9	5	180	6	16	158	-	
1	Вопросы современного развития каратэдо		0,1	4	-	-	4		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	5	31		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,4	14	-	-	14		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1	36	-	5	31		
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо		0,5	18	3	-	15		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо		1	36	3	2	31		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения		1	36	-	4	32		
V курс		10	7	252	6	16	221	9	экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1	36	-	4	32		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	-	8		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1	36	-	4	32		
9	Управление системой подготовки каратэиста		1,5	54	2	2	50		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо		0,78	28	1	2	25		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		1,5	54	3	4	47		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за V курс			12	432	12	32	379	9	
Всего за курс обучения:			47	1692	60	160	1427	45	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

5.2.1. Средства оценки практической подготовленности студентов в I семестре заочной формы обучения

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СЁДАН;

РЭН СЮХО-НО КАТА: РЭН СЮХО-НО КАТА № 1;

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре заочной формы обучения.

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.

11. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.

12. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.

13. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.

14. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.

15. Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ.

16. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца.

17. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.

18. Классификация и терминология базовой техники каратэдо.

19. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ.

20. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

21. Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо.

22. Классификация и терминология тактики спортивного каратэ.

23. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

24. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в каратэдо.

25. Классификация и терминология средств физической подготовки в каратэдо.

26. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

27. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

28. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

29. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.

30. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.

31. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.

32. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

33. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

34. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.

35. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.

36. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.

37. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо.

38. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо.

39. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве.

40. Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия.

41. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.

42. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии.

43. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире.

44. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (ЕКФ) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо.

45. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России.

46. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.

47. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.

48. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

49. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и самостраховки.

50. Методы оказания первой до врачебной помощи.

51. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

52. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо.

53. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.

54. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.

55. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.

56. Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ.

57. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.

58. Классификация и терминология базовой техники каратэдо.

59. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

60. Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо.

61. Классификация и терминология тактики спортивного каратэ.

62. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

63. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в каратэдо.

64. Классификация и терминология средств физической подготовки в каратэдо.

65. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

66. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо.

Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

67. Методы дыхания в каратэдо. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо.

68. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо.

69. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

70. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности.

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА НИДАН;

КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА САНДАН.

РЭН СЮХО-НО КАТА: РЭН СЮХО-НО КАТА № 2

РЭН СЮХО-НО КАТА № 3

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 8 зачетных форм.

5.2.3. Средства оценки практической подготовленности студентов в III семестре заочной формы обучения

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ЁНДАН;

ПИНАН НИДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: САЮ НАНАМЭ САНРЭН ДЗУКИ № 1;

САЮ НАНАМЭ САНРЭН ДЗУКИ № 2;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 4;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 5.

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;

ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;

ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 1;

ПИНАН НИДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.

2. Кинематические характеристики приемов каратэдо: траектория, скорость и ускорение.

3. Динамические характеристики приемов каратэдо: ударная масса, сила удара, импульс силы,

4. Динамические характеристики приемов каратэдо: количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.

5. 2-й и 3-й законы Ньютона.

6. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в каратэдо: МУТИ ХО – способом «хлыст», ВА ХО – способом «петля», ДАН ХО – способом «пружина».

7. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры,

8. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в каратэдо – ХИКИ ХО.

9. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.

10. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы – КИМЭ.

11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья (НЭДЗИРИ-НО УДЭ) в повышение эффективности приемов каратэдо.

12. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы,

13. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.

14. Роль физической подготовки в занятиях каратэдо.

15. Характеристика условий проявления физических качеств в каратэдо.

16. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

17. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

18. Задачи развития гибкости

19. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в каратэдо.

20. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

21. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты каратэиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в каратэдо.

23. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

24. Основные направления развития силовых способностей каратэиста.

25. Традиционные и современные средства и методы развития силы в каратэдо.

26. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.

27. Кинематические характеристики приемов каратэдо: траектория, скорость и ускорение.

28. Динамические характеристики приемов каратэдо: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.

29. 2-й и 3-й законы Ньютона.

30. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в каратэдо: МУТИ ХО – способом «хлыст», ВА ХО – способом «петля», ДАН ХО – способом «пружина».

31. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции, способы их использования и нейтрализации: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры, сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия – ХИКИТЭ.

32. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.

33. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы – КИМЭ.

34. Роль супенационных и пронационных движений предплечья (НЭДЗИРИ-НО УДЭ) в повышение эффективности приемов каратэдо.

35. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.

36. Роль физической подготовки в занятиях каратэдо.

37. Характеристика условий проявления физических качеств в каратэдо.

38. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

39. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

40. Задачи развития гибкости

41. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в каратэдо.

42. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

43. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты каратэиста.

44. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в каратэдо.

45. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

46. Основные направления развития силовых способностей каратэиста.

47. Традиционные и современные средства и методы развития силы в каратэдо.

48. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости.

49. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости.

50. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в каратэдо.

51. Характеристика выносливости. Виды выносливости.

52. Основные направления развития выносливости каратэиста.

53. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в каратэдо.

54. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в каратэдо.

55. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их возраста, пола и квалификации.

56. Методика применения средств физической подготовки.

57. Основы методики обучения каратэдо.

58. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке каратэистов.

59. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке каратэистов.

60. Характеристика практических методов, используемых в подготовке каратэистов.

61. Последовательность освоения приемов (действий).
62. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием).
63. Характеристика последовательности разучивания приема (действия).
64. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия).
65. Характеристика двигательных навыков каратэиста.
66. Обосновать необходимость многочисленности двигательных навыков для каратэиста.
67. Обосновать необходимость быстроты и точности движений для каратэиста.
68. Обосновать необходимость стабильности и вариативности движений для каратэиста.
69. Обосновать необходимость большого объема специальных качеств для каратэиста.
70. Обосновать необходимость большого объема тактических способностей для каратэиста.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности.

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ГОДАН;*

ПИНАН САНДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: *СОНОБА ГОРЭН УРАКЭН УТИ-НО КАТА;*

СОНОБА ГОРЭН КЭНЦУЙ УТИ-НО КАТА;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 6;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 7.

КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;*

ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;

ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 2;

ПИНАН САНДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.5. Средства оценки практической подготовленности студентов в V семестре заочной формы обучения

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА РОКУДАН;*

ПИНАН СЁДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: *УРАКЭН УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;*

КЭНЦУЙ УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 8 – № 10.

КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;*

ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;

ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 3;

ПИНАН СЁДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре заочной формы обучения:

5.2.6.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном каратэдо?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном каратэдо, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном каратэдо.
4. Характеристика техники перемещений в традиционном каратэдо и педагогических задач ее совершенствования.
5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном каратэдо.
6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном каратэдо.
7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном каратэдо.
8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном каратэдо.
9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном каратэдо.
10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном каратэдо.
11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и уводами в традиционном каратэдо.
12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном каратэдо.
13. На что направлена техническая подготовка в спортивном каратэ?
14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном каратэ, чем определяется их постановка?
15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном каратэ?
16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном каратэ.
17. Виды боевых действий в спортивном каратэ и характеристики их сенсомоторных механизмов.
18. Характеристики специализированных умений в спортивном каратэ.
19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном каратэ, роли, задач, средств и методов их совершенствования.
20. Характеристика видов перемещений в спортивном каратэ и их техники.
21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном каратэ.
22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.
23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.

24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

33. Значение тактики в спортивном каратэ.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном каратэ.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном каратэ.

36. Характеристики тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивного каратэ.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном каратэ и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном каратэ и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном каратэ и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном каратэ.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном каратэ.

44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном каратэ.

45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».

46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.

47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в тренировочных боях.

48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.

49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.

50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.

51. Характеристика интегральной подготовки в спортивном каратэ. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.

52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средствам.

53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и перечислить его средства.

54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: тренировочный бой на заданный результат с судьейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.

55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.

56. На что направлена техническая подготовка в традиционном каратэдо?

57. Характеристика боевых позиций в традиционном каратэдо, задач, средств и методов их совершенствования.

58. Характеристика видов перемещений в традиционном каратэдо.

59. Характеристика техники перемещений в традиционном каратэдо и педагогических задач ее совершенствования.

60. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном каратэдо.

61. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном каратэдо.

62. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном каратэдо.

63. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном каратэдо.

64. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном каратэдо.

65. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном каратэдо.

66. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и уводами в традиционном каратэдо.

67. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном каратэдо.

68. На что направлена техническая подготовка в спортивном каратэ?

69. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном каратэ, чем определяется их постановка?

70. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном каратэ?

71. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном каратэ.

72. Виды боевых действий в спортивном каратэ и характеристики их сенсомоторных механизмов.

73. Характеристики специализированных умений в спортивном каратэ.

74. Характеристика основных боевых позиций в спортивном каратэ, роли, задач, средств и методов их совершенствования.

75. Характеристика видов перемещений в спортивном каратэ и их техники.

76. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном каратэ.

77. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.

78. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.

79. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

80. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал.

81. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различия условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

82. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

83. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

84. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

85. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

86. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

87. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлексорных помех.

88. Значение тактики в спортивном каратэ.

89. Характеристика тактической деятельности в спортивном каратэ.

90. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном каратэ.

91. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивного каратэ.

92. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.
93. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.
94. Дать определение психической подготовки в спортивном каратэ и характеризовать ее основные задачи.
95. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном каратэ и ее средствам.
96. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном каратэ и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.
97. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном каратэ.
98. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном каратэ.
99. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном каратэ.
100. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».
101. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.
102. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в тренировочных боях.
103. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.
104. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.
105. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.
106. Дать характеристику интегральной подготовки в спортивном каратэ. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.
107. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средствам.
108. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и перечислить его средства.
109. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.
110. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.
111. Дать характеристику возрастным этапам подготовки юных спортсменов и примерным сенситивным периодам развития двигательных качеств.
112. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в каратэ.
113. Особенности развития физических качеств у детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.
114. Особенности технической подготовки детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.

115. Методы обучения, используемые в занятиях с детьми, занимающимися каратэ на этапе предварительной подготовки.

116. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.

117. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в каратэ.

118. Дать характеристику направлениям и методам обучения детей, занимающихся каратэ на этапе начальной спортивной подготовки.

119. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся каратэ на этапе начальной спортивной подготовки.

120. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ.

121. Дать характеристику особенностям психофизиологии подростков, занимающихся каратэ на этапе углубленной спортивной подготовки.

122. Дать характеристику особенностям и основным средствам и методам физической подготовки подростков, занимающихся каратэ на этапе углубленной спортивной подготовки.

123. Дать характеристику особенностям, средствам и методам технико-тактической и интегральной подготовки на стадиях этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ. Критерии выбора соревновательной специализации. Формы комплексного контроля.

124. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования в каратэ.

125. Особенности и основные средства и методы физической, технико-тактической и интегральной подготовки юношей, занимающихся каратэ на этапе спортивного совершенствования. Формы комплексного контроля.

126. Дать характеристику физкультурно-оздоровительному этапу подготовки в каратэ.

127. Виды соревнований в спортивном каратэ, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по каратэ.

128. Участники соревнований по каратэ, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по каратэ.

129. Права и обязанности участников соревнований по каратэ, тренеров и представителей команд.

130. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ.

131. Дать краткую характеристику теоретическим основам и методам научного исследования в спорте.

132. Дать характеристику способам поиска и анализа информации в специальной и научно-методической литературе и в интернете, составления библиографии.

133. Педагогические методы научного исследования в спорте.

134. Инструментальные методы научного исследования в спорте.

135. Дать характеристику системе планирования и организации исследования в спорте, способам анализа, обработки и интерпретации его результатов.

5.2.6.2. Средства оценки практической подготовленности.

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СИТИДАН,
ПИНАН ГОДАН-НО КАТА.*

РЭН СЮХО-НО КАТА: *СОНОБА ГОРЭН СЮТО УТИ-НО КАТА;
СОНОБА ГОРЭН ХИДЗИ АТЭ-НО КАТА.
РЭН СЮХО-НО КАТА № 11 – 13;*

КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные форм;
ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;
ТЭЙСИКИ САМБОН КУМИТЭ – 2 зачетные формы;
ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 4;
ПИНАН ГОДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.*

5.2.7. Средства оценки практической подготовленности студентов в VII семестре заочной формы обучения

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ХАТИДАН;
ПИНАН ЁНДАН-НО КАТА.*

РЭН СЮХО-НО-КАТА: *СОНОБА ДЗЮРЭН ДЗУКИ-НО КАТА;
СЮТО УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;
ХИДЗИ АТЭ РЭНГЭКИ-НО КАТА;
РЭН СЮХО-НО КАТА № 14,15.*

КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ - 4 зачетные формы;
ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ - 4 зачетные формы;
ТЭЙСИКИ САМБОН КУМИТЭ - 2 зачетные формы;
ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА №5;
ПИНАН ЁНДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.*

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре заочной формы обучения:

5.2.8.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном каратэ.

2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.

4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.

5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.

6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.

7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-каратэистов.

9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.

10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

12. Методы развития тактической инициативы.

13. Методы развития специализированных умений.

14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (ДЗИЮ КУМИТЭ).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.

33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.

34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.

35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

36. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном каратэ.

37. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

38. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.

39. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.

40. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.

41. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.

42. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

43. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-каратэистов.

44. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.

45. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

46. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

47. Методы развития тактической инициативы.

48. Методы развития специализированных умений.

49. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

50. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

51. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

52. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

53. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (ДЗИЮ КУМИТЭ).

54. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

55. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

56. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

57. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

58. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

59. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

60. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

61. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

62. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

63. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

64. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

65. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

66. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

67. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.

68. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.

69. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.

70. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

71. С учётом каких особенностей строится система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ и от чего зависит ее эффективность?

72. Из каких частей состоит система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ и кто его осуществляет?

73. Какие виды деятельности выполняет тренер по спортивному каратэ? Что относится к подготовительной и вспомогательной работе тренера по спортивному каратэ?

74. Что относится к основным задачам педагогической деятельности тренера по спортивному каратэ?

75. Что входит в обязанности организаторов подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

76. Что входит в обязанности работников, занимающихся материально-техническим и хозяйственным обеспечением подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

77. Что входит в обязанности сотрудников, отвечающих за научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

78. Чем определяется достижение высоких и стабильных соревновательных результатов в спортивном каратэ?

79. С учетом каких закономерностей строится тренировочный процесс подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

80. Что следует учитывать в подготовке квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

81. Какие модельные характеристики квалифицированных спортсменов необходимо учитывать при прогнозировании их соревновательных результатов?

82. Основные задачи и разделы подготовки квалифицированных спортсменов.

83. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки в спортивном каратэ.

84. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в каратэ.

85. Построение тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства в каратэ.

86. Система многолетней подготовки в спортивном каратэ.

87. Характеристика макроцикла, виды макроциклов, система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.

88. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном каратэ.

89. Характеристика подготовительного периода и его этапов.

90. Характеристика соревновательного периода.

91. Характеристика переходного периода.

92. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.

93. Характеристики втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

94. Характеристики контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

95. Характеристики соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.

96. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.

97. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.

98. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.

99. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов.

100. Характеристика фаз соревновательного микроцикла.

101. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.

102. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса.

103. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном этапе подготовительного периода.

104. Тренировочные средства и методы, применяемые на контрольно-подготовительном этапе подготовительного периода.

105. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.

106. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.

107. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.

108. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.

109. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.

110. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя.

111. Методика подбора боевых средств с учетом индивидуальных склонностей спортсменов.

112. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.

113. Система отбора кандидатов в сборную команду.

114. Критерии отбора кандидатов в сборную команду.

115. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.

116. Перечислить членов судейской коллегии, обслуживающей соревнования по каратэ.

117. Права и обязанности главного судьи, заместителя главного судьи, главного секретаря и инспектора соревнований по каратэ.

118. Права и обязанности старшего судьи, судьи-секретаря и судьи-хронометриста на площадке.

119. Права и обязанности членов судейской бригады.

120. Общие положения правил судейства соревнований.

121. Правила судейства соревнований по кумитэ.

122. Правила судейства соревнований по ката.

123. Судейские терминология и жесты.

5.2.8.2. Средства оценки практической подготовленности.

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *САНТИН-НО КАТА;*

НАЙФАНТИ СЁДАН-НО КАТА;

СИНСЭЙ ИТИ-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО-КАТА: *СОНОБА ГОРЭН ХАЙТО УТИ-НО КАТА;*

СОНОБА ДЗЮГОРЭН ДЗУКИ-НО КАТА.

КУМИТЭ: *НАЙФАНТИ СЁДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;*

СИНСЭЙ ИТИ-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;

ДЗИЮ ИППОН КУМИТЭ - 10 зачетных атак;

ДЗИЮ НИППОН КУМИТЭ - 5 зачетных атак;

ДЗИЮ САМБОН КУМИТЭ – 5 зачетных атак.

5.2.8.3. Примерная тематика курсовых работ для студентов IV курса заочного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в каратэдо;
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными каратэистами;
3. Задачи, содержание и построение тренировки в спортивном каратэ;
4. Виды соревновательной деятельности в спортивном каратэ и оценка параметров их компонентов;
5. Этапы многолетней подготовки юных каратэистов;
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными каратэистами;
7. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки в спортивном каратэ;
8. Цель и задачи психической подготовки в спортивном каратэ;
9. Роль и значение тактической подготовки в спортивном каратэ;
10. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки каратэиста.

5.2.9. Средства оценки практической подготовленности студентов в IX семестре заочной формы обучения

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *НАЙФАНТИ НИДАН-НО КАТА;*

НАЙФАНТИ САНДАН-НО КАТА;

СИНСЭЙ НИ-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО-КАТА: *СОНОБА НИДЗЮРЭН ДЗУКИ-НО КАТА;*

СОНОБА ДЗЮГОРЭН КАЙСЮ ДАГЭКИ-НО КАТА;

СОНОБА ДЗЮГОРЭН НУКИТЭ ДЗУКИ-НО КАТА;

КУМИТЭ: *НАЙФАНТИ НИДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;*

НАЙФАНТИ САНДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;

СИНСЭЙ НИ-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;

ДЗИЮ КУМИТЭ - 5 зачетных боев;

5.2.10. Содержание экзаменационных требований для студентов в X семестре заочной формы обучения:

5.2.10.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Спортивная тренировка как процесс управления.
2. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в каратэ.
3. Учет тренировочных нагрузок по видам соревновательной деятельности в спортивном каратэ.
4. Виды контроля за состоянием каратэистов во время тренировочного процесса 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. Оперативное, текущее, этапное управление.

10. Применение актуальных для каратэ технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.

11. Значение и задачи планирования подготовки в спортивном каратэ.

12. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

13. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) квалифицированных каратэистов.

14. Годовое планирование.

15. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в спортивном каратэ с учетом их взаимовлияния.

16. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

17. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.

18. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

19. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.

20. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного каратэ.

21. Методы прогнозирования соревновательных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивном каратэ.

22. Динамика личных и командных результатов по отдельным видам соревновательной деятельности спортивного каратэ за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Европы.

23. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

24. Принципы формирования групп совершенствования спортивного мастерства.

25. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.

26. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

27. Требования стандарта спортивной подготовки в каратэ для этапа совершенствования спортивного мастерства.

28. Особенности организации и проведения занятий по видам соревновательной деятельности спортивного каратэ на этапе совершенствования спортивного мастерства.

29. Организация и проведение занятий по ОФП и СФП на этапе совершенствования спортивного мастерства.

30. Организация и проведение занятий по технико-тактической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.

31. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам соревновательной деятельности спортивного каратэ в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства каратэистов.

32. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в спортивном каратэ.

33. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в спортивном каратэ.

34. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших каратэистов России и мира.

35. Спортивная тренировка как процесс управления.

36. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в каратэ.

37. Учет тренировочных нагрузок по видам соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

38. Виды контроля за состоянием каратэистов во время тренировочного процесса и соревнований.

39. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.

40. Разработка батареи тестов для педагогического контроля и организация их проведения.

41. Фиксирование, анализ и обобщение результатов педагогического контроля.

42. Поиск организационных решений для коррекции состояния занимающихся.

43. Оперативное, текущее, этапное управление.

44. Применение актуальных для каратэ технологий управления состоянием спортсмена, включая педагогический контроль и коррекцию.

45. Значение и задачи планирования подготовки в спортивном каратэ.

46. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

47. Четырехлетнее перспективное планирование (на олимпийский цикл) квалифицированных каратэистов.

48. Годовое планирование.

49. Особенности сочетания тренировочных нагрузок в спортивном каратэ с учетом их взаимовлияния.

50. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

51. Эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.

52. Осуществление самоконтроля, оценивания процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности.

53. Сохранение и поддержание определенного уровня спортивной подготовленности.

54. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного каратэ.

55. Методы прогнозирования соревновательных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в спортивном каратэ.

56. Динамика личных и командных результатов по отдельным видам соревновательной деятельности спортивного каратэ за последние десятилетия на российских соревнованиях, чемпионатах мира и Европы.

57. Основная задача тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства.

58. Принципы формирования групп совершенствования спортивного мастерства.

59. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.

60. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

61. Требования стандарта спортивной подготовки в каратэ для этапа совершенствования спортивного мастерства.

62. Особенности организации и проведения занятий по видам соревновательной деятельности спортивного каратэ на этапе совершенствования спортивного мастерства.

63. Организация и проведение занятий по ОФП и СФП на этапе совершенствования спортивного мастерства.

64. Организация и проведение занятий по технико-тактической подготовке на этапе совершенствования спортивного мастерства.

65. Составление типовых недельных и дневных циклов подготовки по видам соревновательной деятельности спортивного каратэ в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства каратэистов.

66. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в спортивном каратэ.

67. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в спортивном каратэ.

68. Морфологические особенности, возраст и спортивный стаж сильнейших каратэистов России и мира.

69. Требования к профессиональной подготовке тренера.

70. Авторитарный, демократический и либеральный стили деятельности тренера.

71. Классификация тренеров.

72. Оценка деятельности и личности тренера.

73. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по спортивному каратэ.

74. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по каратэ.

75. Механизм возникновения спортивной травмы.

76. Особенности протекания восстановления при занятиях различными видами соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

77. Подбор восстановительных средств, используемые после тренировочных нагрузок в спортивном каратэ.

78. Использование восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в спортивном каратэ.

79. Применение различных средства и методы восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки каратэистов.

80. 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.

81. Использование средств восстановления в период соревнований для направленного воздействия на восстановительные процессы как до соревнований, во время участия в них и после их окончания.

82. 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.

83. Восстановительные мероприятия основного уровня. Оперативное восстановление функционального состояния спортсменов. Текущее восстановление.

84. Основные положения применения восстановительных средств в спортивном каратэ.

85. Формирование мотивации к занятиям спортивным каратэ.

86. Использование знаний в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям спортивным каратэ.

87. Умение формировать мотивацию к занятиям спортивным каратэ.

88. Структурные элементы общественного мнения.

89. Функции формирования общественного мнения о спортивном каратэ.

90. Создание имиджа спортивного каратэ как олимпийского вида спорта.

91. Средства массовой информации и основные приемы работы с ними.

92. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки каратэистов.

93. Фармакологическое обеспечение подготовительного, базового, предсоревновательного периодов подготовки квалифицированных каратэистов.

94. Допинг. Общие положения. Антидопинговый контроль на соревнованиях по спортивному каратэ.

95. Коррекция отдельных состояний во время тренировки спортсменов средствами фармакологии.

96. Особенности фармакологического обеспечения при концентрированных нагрузках в отдельных видах соревновательной деятельности спортивного каратэ.

97. Продление работоспособность на все время соревнований по спортивному каратэ (предварительный и финальный этапы, в течение дня; на несколько дней - при участии спортсмена в личных и командных соревновательных категориях).

98. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.

99. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.

100. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирования и представления обобщения и выводы.

101. Технология проведения педагогического эксперимента, методика сбора и обработки экспериментальных данных.

102. Технология подготовки и оформления рукописи выпускной квалификационной работы.

5.2.10.2. Средства оценки практической подготовленности

Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: САЙФА-НО КАТА;
ДЗИТТЭ-НО КАТА;
ВАНСЮ-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО-КАТА: студент по несколько раз демонстрирует две произвольно составленные им самим комбинации приемов, описание которых в письменном виде предварительно передаётся экзаменатору.

Первая комбинация должна иметь атакующий характер и включать в себя не менее пяти различных ударов руками и ногами в сочетании с перемещениями.

Вторая комбинация должна иметь защитно-ответный характер и включать в себя не менее семи боевых действий, в том числе не менее двух защитных блоков в сочетании с различными ударами руками и ногами и перемещениями.

Выполняя комбинации приёмов, студент должен продемонстрировать высокий уровень скорости технических действий, непрерывность перехода от одного приема к другому, соответствие последовательности приемов в комбинации логике боя.

КУМИТЭ: САЙФА-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;
ДЗИТТЭ-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;
ВАНСЮ-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.
СИИЙ КУМИТЭ – 5 зачетных боев.

5.2.10.3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование достижений в спортивном каратэ.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки каратэистов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивном каратэ.
4. Методики повышения уровня подготовленности каратэистов.
5. Модельные характеристики спортсменов, специализирующихся в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ.
6. Планирование тренировочных нагрузок в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ и их взаимовлияние.
7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах различных уровней подготовки отделений каратэ спортивных школ.
8. Использование современных знаний физиологии, биохимии и биомеханики спортивной деятельности при решении актуальных проблем спортивного каратэ.
9. Применение инноваций в методике обучения в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ.
10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе каратэистов.
11. Система фармакологической поддержки каратэистов в тренировочном процессе и соревнованиях.
12. Рационализация питания спортсменов, занимающихся спортивным каратэ.

13. Укрепление опорно-двигательного аппарата спортсменов, занимающихся спортивным каратэ.

14. Содержание периодов и этапов годового макроцикла тренировочного процесса спортсменов-каратэистов на различных этапах многолетней подготовки.

15. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки каратэистов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

а) Основная литература:

1. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
2. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
4. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
5. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
6. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2014-2017.
7. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.
8. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
9. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154
10. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160
11. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204
12. Правила соревнований по каратэ, приняты ВКФ в 2017 г.

13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.

3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.

4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Соко, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.

5. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

6. Горбылёв А. М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.

7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5

8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.

9. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.

10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.

11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.

12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.

13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.

14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

15. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.

16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.

17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.

18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.

20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.

21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А. М. //

22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

23. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.

Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.

24. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.

25. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой. // «Додзё», 2004, № 6.

26. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.

27. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.

28. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.

30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.

33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реакций у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15

36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реакций в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реакций. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98

38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

39. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

40. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.

41. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпред, 2001. -331 с.

43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.

46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.

52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.

53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.

54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.

55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.

56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.

57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.

58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.

59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.

60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.

61. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://ruswkf.ru>

<http://wkf.net>

<http://europeankarat federation.net>

http://setopen.sportdata.org/wkfranking/ranking_main.php

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения обще технологических 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</i> <i>-Microsoft Excel</i> <i>-Microsoft PowerPoint</i> <i>-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,</i> <i>Редактор табличный,</i> <i>Редактор деловой графики и презентаций</i> <i>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:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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**

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
1 семестр		
1	<p>Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Пропедевтика» (ведение в специализацию):</p> <p>1. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.</p> <p>2. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.</p> <p>3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.</p> <p>4. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.</p> <p>5. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.</p> <p>6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.</p>	2
2	<p>Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»:</p> <p>1. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.</p> <p>2. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.</p> <p>3. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.</p> <p>4. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.</p> <p>5. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.</p>	<p>Всего 6</p> <p>2</p> <p>2</p>

	<p>6. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.</p> <p>7. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.</p> <p>8. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.</p>	
	<p>9. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца.</p> <p>10. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.</p> <p>11. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.</p> <p>12. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.</p>	2
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ»	2
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств физической подготовки в традиционном каратэдо и спортивном каратэ»	2
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств базовой техники каратэдо»	2
6	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ»	2
7	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств интегральной подготовки в традиционном каратэдо и спортивном каратэ»	2
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	2
9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	2
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	2
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным ката каратэдо, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	2

12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	2
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Классификация базовой техники каратэдо и её терминология»	3
14	Оценка практической подготовленности	10
2 семестр		
15	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»:	Всего 6
	1. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо. 2. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и само страховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований. 3. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и само страховки. 4. Методы оказания первой до врачебной помощи.	2
	5. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена. 6. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо. 7. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.	2
	8. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. 9. Основы дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. 10. Методы дыхания в каратэдо. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо. 11. Методы формообразования ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо. 12. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.	2
16	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «История каратэдо»:	Всего 4
	1. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия. 2. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо. 3. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо. 4. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве. 5. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.	2
	6. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии. 7. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире. 8. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (ЕКФ) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо. 9. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России. 10. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.	2

17	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Технология наблюдения за противником». «Виды приемов наблюдения». «Средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо». «Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания»	2
18	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо»	2
19	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «История каратэдо»: «Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия»	2
20	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Кю»	2
21	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	2
22	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	2
23	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	2
24	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Кю»	2
25	Написание и защита рефератов по разделам темы: «Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия и вида спорта»	3
26	Рубежный контроль: экзамен	20
27	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
3 семестр		
1	<p>Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Общетеоретические сведения о каратэдо»:</p> <p>1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.</p> <p>2. Кинематические характеристики приемов каратэдо: траектория, скорость и ускорение.</p> <p>3. Динамические характеристики приемов каратэдо: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.</p> <p>4. 2-й и 3-й законы Ньютона.</p> <p>5. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры.</p> <p>6. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.</p>	Всего 6
	<p>7. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы в ударах в каратэдо (КИМЭ).</p> <p>8. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.</p> <p>9. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в каратэдо: МУТИ ХО – способ «хлыст», ВА ХО – способ «петля», ДАН ХО – способ «пружина».</p> <p>10. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в каратэдо – ХИКИ ХО.</p> <p>11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья (Нэдзири-но удэ) в повышение эффективности приемов каратэдо.</p>	3

2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Физические качества и методы их развитие в каратэдо»:	Всего 6
	1. Роль физической подготовки в занятиях каратэдо. 2. Характеристика условий проявления физических качеств в каратэдо. 3. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств. 4. Характеристика гибкости. Виды гибкости. Задачи развития гибкости. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в каратэдо. 5. Характеристика быстроты. Виды быстроты. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в каратэдо. 6. Характеристика силовых способностей. Виды силы. Основные направления развития силовых способностей каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития силы в каратэдо.	3
	7. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в каратэдо. 8. Характеристика выносливости. Виды выносливости. Основные направления развития выносливости каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в каратэдо. 9. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в каратэдо. 10. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их возраста, 11. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их пола 12. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их квалификации.	3
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Определение кинематических и динамических характеристик различных видов перемещений и приемов атаки и защиты каратэдо» (по заданию)	3
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Физические качества и методы их развитие в каратэдо»	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	3
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика применения средств физической подготовки»	5
9	Оценка практической подготовленности	5
4 семестр		
10	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»:	Всего 5

	1. Основы методики обучения каратэдо. 2. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке каратэистов. 3. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке каратэистов. 4. Характеристика практических методов, используемых в подготовке каратэистов. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.	2
	5. Последовательность освоения приемов (действий). 6. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием). 7. Характеристика последовательности разучивания приема (действия). 8. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия). 9. Характеристика двигательных навыков каратэиста.	3
11	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»: «Обоснование необходимости многочисленности двигательных навыков, быстроты и точности движений для каратэиста»	3
12	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»: «Обоснование необходимости большого объема специальных качеств, стабильности и вариативности движений для каратэиста»	3
13	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	3
14	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	5
15	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	5
16	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	5
17	Рубежный контроль: экзамен	20
18	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
5 семестр		
1	<p>Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»:</p> <p>1. Направления технической подготовки в традиционном каратэдо. 2. Характеристика боевых позиций, видов и техники перемещений, ударов руками и ногами, бросков, приемов выведения из равновесия и удержания, болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном каратэдо, педагогических задач, средств и методов их совершенствования. 3. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками и ногами, защиты уходами, уклонами и уводами, защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном каратэдо. 4. Направления технической подготовки в спортивном каратэ, её основные и частные педагогические задачи. Объемы применения упражнений технической подготовки. Характеристики специализированных умений в спортивном каратэ. Виды боевых действий в спортивном каратэ и характеристики их сенсомоторных механизмов.</p>	Всего 8
	<p>5. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении. 6. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий. 7. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств. 8. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим. 9. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью. 10. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствование техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.</p>	3
		5

2	Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»: 1. Определение психической подготовки в спортивном каратэ и характеристика ее основных задач, разделов и средств. 2. Характеристика психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном каратэ и волевых качеств, необходимых для ее осуществления, на чем основывается их развитие. 3. Характеристика методов и средств развития волевых качеств в спортивном каратэ и способов создания запаса «волевой прочности». 4. Характеристика приёмов развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях, в тренировочных и соревновательных боях. 5. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях и спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.	3
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	3
4	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	3
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	5
9	Оценка практической подготовленности	5
6 семестр		
10	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»: 1. Характеристика интегральной подготовки в спортивном каратэ и ее методы. Характеристика индивидуального метода интегральной подготовки и его средств. 2. Характеристику спаррингового метода интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средств. 3. Характеристика соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средств. 4. Характеристика следующих средств соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования. 5. Характеристика следующих средств соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования. 6. Характеристика возрастных этапов подготовки юных спортсменов и примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств. 7. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	Всего 6 3 3

	8. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе. 9. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе. 10. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования мастерства в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.	
11	Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо»: 1. Виды соревнований в спортивном каратэ, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по каратэ. 2. Участники соревнований по каратэ, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по каратэ. 3. Права и обязанности участников соревнований по каратэ, тренеров и представителей команд. 4. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ.	3
12	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»	3
13	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»	3
14	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»	5
15	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»	5
16	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки каратэиста»	5
17	Рубежный контроль: экзамен	20
18	Посещение занятий	10
	Итого	100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п/п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
7 семестр		
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»:	Всего 15
	1. Определение термина «Психограмма вида спорта» и характеристика специфики психической деятельности в спортивном каратэ. Психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном каратэ.	3
	2. Характеристика психических процессов: восприятие, воображение и представление, внимание, оперативное мышление, оперативная память.	
	3. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном каратэ. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-каратэистов.	
	4. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.	
	5. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.	
	6. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.	3
	7. Методы развития тактической инициативы.	
	8. Методы развития специализированных умений.	
	9. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.	
	10. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.	
	11. Характеристика условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера. Средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.	3
	12. Характеристика особенностей психического фона при ведении свободных боев (ДЗИЮ КУМИТЭ).	
	13. Характеристика условий формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.	

	14. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера. 15. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.	
	16. Общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства. 17. Типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий и овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований. 18. Характеристика методов ликвидации психических барьеров и развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния. 19. Средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям. 20. Характеристика методов регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.	3
	21. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена и их психофизиологические характеристики. 22. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной и неуравновешенной психикой. 23. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов. 24. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов. 25. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.	3
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	3
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 3-го Кю»	3
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 3-го Кю»	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	3
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	3
7	Оценка практической подготовленности	5
8 семестр		
8	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»:	Всего 10
	1. Система многолетней подготовки в спортивном каратэ. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки и на этапе спортивного совершенствования мастерства в спортивном каратэ.	2

	<p>2. Характеристика макроцикла, виды макроциклов. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса. Система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.</p> <p>3. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном каратэ.</p> <p>4. Характеристика подготовительного периода и его этапов.</p> <p>5. Характеристика соревновательного периода.</p> <p>6. Характеристика переходного периода.</p>	
	<p>7. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.</p> <p>8. Характеристика втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p> <p>9. Характеристика контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p> <p>10. Характеристика соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p>	2
	<p>11. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.</p> <p>12. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.</p> <p>13. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.</p> <p>14. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов и их фаз.</p> <p>15. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.</p>	2
	<p>16. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном и контрольно-подготовительном этапах подготовительного периода.</p> <p>17. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.</p> <p>18. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.</p> <p>19. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.</p> <p>20. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.</p>	2
	<p>21. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.</p> <p>22. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя и подбора боевых средств с учетом их индивидуальных склонностей.</p> <p>23. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.</p> <p>24. Система и критерии отбора кандидатов в сборную команду.</p> <p>25. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.</p>	2
9	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»	5
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	5
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	5
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	5
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки каратэиста»	5
14	Рубежный контроль: экзамен	20

15	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 5 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» заочной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*
Сроки изучения дисциплины (модуля): *9-10 семестр*
Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Максим. колич-во баллов
9 семестр		
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел «Управление системой подготовки каратэиста»:	Всего 16
	1. Основы управления подготовкой спортсменов, занимающихся каратэ;	2
	2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в каратэ;	2
	3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в каратэ;	2
	4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в каратэ;	2
	5. Значение и задачи планирования подготовки в каратэ. Виды планирования;	2
	6. Значение и задачи педагогического контроля за подготовкой и состоянием спортсменов в спортивном каратэ;	2
	7. Виды контроля за состоянием спортсменов во время тренировок и соревнований по каратэ.	2
	8. Управление процессом спортивного совершенствования на основе данных контроля.	2
2	Письменное тестирование по теме: «Планирование подготовки и прогнозирование спортивных результатов в каратэдо»	3
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 2-го Кю»	3
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении учебной программы 2-го Кю»	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 2-го Кю»	3
6	Написание и защита реферата по теме: «Планирование подготовки и прогнозирование спортивных результатов в каратэдо»	4
7	Оценка практической подготовленности	10

10 семестр		
8	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»:	Всего 12
	1. Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по каратэ;	2
	2. Характеристика профессиональной деятельности и личности тренера по каратэ, содержание и направленность его подготовки;	2
	3. Технологии восстановления спортсменов в каратэ.	2
	4. Особенности применения фармакологии в каратэ. Использование средств фармакологического характера на подавление нежелательных реакций, не снижая работоспособности спортсмена;	2
	5. Составление схемы применения препаратов максимально реализующих возможности	2
	6. Основные причины спортивных травм на тренировках и соревнованиях по каратэ.	2
9	Письменное тестирование по теме: «Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по каратэ. Содержание и направленность его профессиональной подготовки»	3
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Кю»	3
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Кю»	3
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 1-го Кю»	3
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Модельные характеристики профессиональной деятельности и личности тренера по каратэ. Содержание и направленность его профессиональной подготовки»	4
14	Рубежный контроль: экзамен	20
15	Посещение занятий	10
Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

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 (МОДУЛЮ)**

«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» составляет **47** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»: успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по каратэдо – для работы в спортивных школах (СШ) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)».

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

– способностью использовать средства каратэдо для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

– способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по каратэдо и базовым видам спорта (ОПК-8);

– способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

– способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в каратэдо, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

– способностью формировать мотивацию к занятиям каратэдо, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);

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

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

– способностью использовать актуальные для каратэдо технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);

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

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

– способностью планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

– способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

– способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», очная форма обучения

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»	Семестры	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)				
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль
0	Пропедевтика – введение в дисциплину «Теория и методика каратэдо»	1	0,4	14	1	-	13	
1	История и вопросы современного развития каратэдо	2,3,5,7,9	1,44	52	5	-	47	
2	Общетеоретические сведения о каратэдо	1, 2, 3	2,72	98	9	-	89	
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	9,44	340	-	49	291	
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	3,78	136	-	11	125	
5	Интегральная подготовка в каратэдо	1,2,3,4,5 6,7,8,9,10	9,5	342	-	49	293	

6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо	3, 4	2	72	5	4	63	
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо	5, 7, 9	2	72	11	1	60	
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо	4, 5, 7, 9	2,5	90	11	9	70	
9	Управление системой подготовки каратэиста	6, 8, 10	2,22	80	7	6	67	
10	Организация, проведение и судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо	6, 8, 10	1,36	49	3	6	40	
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения	4, 5, 7, 9	2,5	90	1	15	74	
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	6, 8, 10	2,14	77	7	10	60	
Итоговый контроль (экзамен)		2,4,6,8,10	5	180	-	-	135	45
Всего за курс обучения			47	1692	60	160	1427	45

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 (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

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
Протокол № 8 от 23 апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики единоборств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 29 от «19» апреля 2017 г.

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

Целью освоения программы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» является успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по каратэдо – для работы в спортивных школах (СП) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» 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 каратэдо.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 и др.

Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

**3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)
«Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», соотнесенных с
планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Наименование планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
1	2	3
ОПК-3	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения базовой технике в каратэдо; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся каратэдо в группах предварительной и начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся в группах предварительной и начальной подготовки и требований образовательных стандартов по каратэдо. 	4
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения <i>КАТА</i> в каратэдо; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки каратэистов; – требования стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на стадии выбора спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	

	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теорию и методику обучения каратэдо; – принципы и методы обучения <i>КУМИТЭ</i> в каратэдо; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа многолетней подготовки каратэистов; – требования стандартов спортивной подготовки в каратэдо к проведению занятий с данным контингентом. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в каратэдо с учетом особенностей занимающихся на стадии углублённой спортивной специализации тренировочного этапа и требований образовательных стандартов. 	7
ОПК-6	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами каратэдо; – принципы построения занятий по каратэдо оздоровительной направленности 	4
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в каратэдо; – особенности протекания восстановления при занятиях каратэдо. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать и использовать восстановительные средства, используемые после стандартных и повышенных тренировочных нагрузок в каратэдо; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе каратэистов 	6
	<p>ОПК-8</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил соревнований по каратэдо; судейскую терминологию при проведении соревнований по видам соревновательной деятельности в каратэдо; – основные требования к одежде и личному инвентарю участников соревнований. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила соревнований по каратэдо; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; 	8

	<ul style="list-style-type: none"> – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований. 	
ОПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в каратэдо; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта 	
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 	8
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы 	8
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик. 	
ПК-8	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки в каратэдо; – медико-биологических и психологических основы и технологию тренировки в каратэдо; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	2

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по каратэдо знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. 	5
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в каратэдо с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в каратэдо; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	7
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – психологическую характеристику двигательной деятельности в каратэдо 	4
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 	5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 	
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к занятиям каратэдо 	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям каратэдо 	
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям каратэдо 	
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в каратэдо; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	5

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиям определенными видами соревновательной деятельности в каратэдо; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; – использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в каратэдо. 	
ПК-11	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретические основы программирования процесса обучения в каратэдо 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по видам соревновательной деятельности в каратэдо 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро- и мезоциклов тренировок в соответствии с определённым периодом подготовки каратэистов на этапах предварительной и начальной подготовок в каратэдо. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять планы тренировочных занятий, микро-, мезо- и макроциклов тренировок по видам соревновательной деятельности в соответствии с определённым периодом подготовки каратэистов на этапе спортивной специализации в каратэдо. 	7
ПК-13	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в каратэдо; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена. 	7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для каратэдо технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию. 	

ПК-14	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики спортивной тренировки в каратэдо; – средства и методы физической, технической, тактической, психической и интегральной подготовки в каратэдо. 	5
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида соревновательной деятельности в каратэдо демонстрировать технику движений, технико-тактические действия, средства выразительности в <i>КАТА</i>. 	
ПК-15	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	7
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 	
ПК-26	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки 	6
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 	
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	4
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования 	
<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 		

ПК-28	Знать: – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	6
	Уметь: – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в каратэдо с использованием апробированных методик	8
	Владеть: – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в каратэдо	
ПК-30	Знать: – методологии исследовательской деятельности в каратэдо	6
	Уметь: – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	8
	Владеть: – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц или 1692 академических часов, из них: аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часов, экзамены – 36 часов. Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей: 3 дня подготовки – 27 часов и 1 день на экзамен – 9 часов.

Условные обозначения: **Практика** – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); **СРС** – самостоятельная работа студентов (в числителе – количество часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя); **ЗЕТ** – зачётные единицы трудоёмкости.

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»	Семестр	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль	
I курс		1	8,5	306	18	72	216	-	
0	Пропедевтика Введение в дисциплину «Теория и методика каратэдо»		0,17	6	2	-	4		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		1	36	16	-	20		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		3	108	-	30	78		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		1,33	48	-	10	38		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		3	108	-	32	76		
I курс		2	9	324	18	72	225	9	экзамен
1	История каратэдо		1,2	42	14	-	28		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		1	36	4	-	32		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		2,6	94	-	32	62		

4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,6	22	-	8	14		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		2,6	94	-	32	62		
Итоговый контроль (экзамен)			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за I курс			17,5	630	36	144	441	9	
II курс		3	4,75	171	18	72	81	-	
1	Вопросы современного развития каратэдо		0,08	3	2	-	1		
2	Общетеоретические сведения о каратэдо		0,61	22	8	4	10		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,28	46	-	24	22		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,45	16	-	6	10		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1,33	48	-	24	24		
6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо		1	36	8	14	14		
II курс		4	4,75	171	14	72	76	9	экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,89	32	-	20	12		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		0,89	32	-	20	12		
6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо		0,56	20	6	10	4		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо		0,52	19	6	6	7		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения		0,67	24	2	12	10		

Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за II курс		9,5	342	32	144	157	9	
III курс		5	3,75	135	18	70	47	-
1	Вопросы современного развития каратэдо	0,08	3	1	-	2		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	0,78	28	-	18	10		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,28	10	-	4	6		
5	Интегральная подготовка в каратэдо	0,78	28	-	18	10		
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо	0,69	25	10	8	7		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо	0,64	23	7	10	6		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения	0,5	18	-	12	6		
III курс		6	5	180	18	70	83	9
								экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	0,83	30	-	18	12		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в каратэдо	0,83	30	-	18	12		
9	Управление системой подготовки каратэиста	0,95	34	12	12	10		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо	0,61	22	2	12	8		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	0,56	20	4	6	10		
Итоговый контроль		1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за III курс		8,75	315	36	140	130	9	

IV курс		7	5,5	198	18	72	108	-	
1	Вопросы современного развития каратэдо		0,06	2	1	-	1		
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		1,11	40	-	20	20		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		1,11	40	-	20	20		
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо		1	36	12	8	16		
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо		1	36	5	8	23		
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения		1	36	-	12	24		
IV курс		8	5,75	207	18	72	108	9	экзамен
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования		0,89	32	-	16	16		
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»		0,22	8	-	4	4		
5	Интегральная подготовка в каратэдо		0,89	32	-	16	16		
9	Управление системой подготовки каратэиста		1	36	10	16	10		
10	Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо		0,75	27	2	12	13		
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов		1	36	6	8	22		
Итоговый контроль			1	36	-	-	27	9	экзамен
Всего за IV курс			11,25	405	36	144	216	9	
Всего за курс обучения:			47	1692	140	572	944	36	

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» (См. Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»)

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

5.2.1. Средства оценки практической подготовленности студентов в I семестре очной формы обучения. Перечень типовых контрольных заданий:

**КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СЁДАН;
РЭН СЮХО-НО КАТА: РЭН СЮХО-НО КАТА № 1;
КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы.**

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения.

5.2.2.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.

2. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.

3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.

4. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.

5. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.

6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.

7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.

9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.

10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.

11. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.

12. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо.

13. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо.

14. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве.

15. Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия.

16. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.

17. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии.

18. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире.

19. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (ЕКФ) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо.

20. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России.

21. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.

22. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.

23. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

24. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и самостраховки.

25. Методы оказания первой до врачебной помощи.

26. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

27. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо.

28. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.

29. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.

30. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.

31. Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ.

32. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.

33. Классификация и терминология базовой техники каратэдо.

34. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

35. Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо.

36. Классификация и терминология тактики спортивного каратэ.

37. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

38. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в каратэдо.

39. Классификация и терминология средств физической подготовки в каратэдо.

40. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

41. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо.

Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

42. Методы дыхания в каратэдо. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо.

43. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо.

44. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

45. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.

5.2.2.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА НИДАН;

КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА САНДАН.

РЭН СЮХО-НО КАТА: РЭН СЮХО-НО КАТА № 2

РЭН СЮХО-НО КАТА № 3

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 8 зачетных форм.

5.2.3. Средства оценки практической подготовленности студентов в III семестре очной формы обучения. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ЁНДАН;

ПИНАН НИДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: САЮ НАНАМЭ САНРЭН ДЗУКИ № 1;

САЮ НАНАМЭ САНРЭН ДЗУКИ № 2;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 4;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 5.

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;

ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;

ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 1;

ПИНАН НИДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

5.2.4.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений.

2. Кинематические характеристики приемов каратэдо: траектория, скорость и ускорение.

3. Динамические характеристики приемов каратэдо: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения.

4. 2-й и 3-й законы Ньютона.

5. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в каратэдо: МУТИ ХО – способом «хлыст», ВА ХО – способом «петля», ДАН ХО – способом «пружина».

6. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции, способы их использования и нейтрализации: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры, сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия – ХИКИТЭ.

7. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность.

8. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы – КИМЭ.

9. Роль супенационных и пронационных движений предплечья (НЭДЗИРИ-НО УДЭ) в повышение эффективности приемов каратэдо.

10. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.

11. Роль физической подготовки в занятиях каратэдо.

12. Характеристика условий проявления физических качеств в каратэдо.

13. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств.

14. Характеристика гибкости. Виды гибкости.

15. Задачи развития гибкости

16. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в каратэдо.

17. Характеристика быстроты. Виды быстроты.

18. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты каратэиста.

19. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в каратэдо.

20. Характеристика силовых способностей. Виды силы.

21. Основные направления развития силовых способностей каратэиста.

22. Традиционные и современные средства и методы развития силы в каратэдо.

23. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости.

24. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости.

25. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в каратэдо.

26. Характеристика выносливости. Виды выносливости.

27. Основные направления развития выносливости каратэиста.

28. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в каратэдо.

29. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в каратэдо.

30. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их возраста, пола и квалификации.

31. Методика применения средств физической подготовки.

32. Основы методики обучения каратэдо.

33. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке каратэистов.

34. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке каратэистов.

35. Характеристика практических методов, используемых в подготовке каратэистов.

36. Последовательность освоения приемов (действий).

37. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием).

38. Характеристика последовательности разучивания приема (действия).

39. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия).

40. Характеристика двигательных навыков каратэиста.

41. Обосновать необходимость многочисленности двигательных навыков для каратэиста.

42. Обосновать необходимость быстроты и точности движений для каратэиста.

43. Обосновать необходимость стабильности и вариативности движений для каратэиста.

44. Обосновать необходимость большого объема специальных качеств для каратэиста.

45. Обосновать необходимость большого объема тактических способностей для каратэиста.

5.2.4.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ГОДАН;
ПИНАН САНДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: СОНОБА ГОРЭН УРАКЭН УТИ-НО КАТА;
СОНОБА ГОРЭН КЭНЦУЙ УТИ-НО КАТА;
РЭН СЮХО-НО КАТА № 6;
РЭН СЮХО-НО КАТА № 7.

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;
ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;
ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 2;
ПИНАН САНДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.5. Средства оценки практической подготовленности студентов в V семестре очной формы обучения. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА РОКУДАН;
ПИНАН СЁДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО КАТА: УРАКЭН УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;
КЭНЦУЙ УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;
РЭН СЮХО-НО КАТА № 8 – № 10.

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 6 зачетных форм;
ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;
ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 3;
ПИНАН СЁДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

5.2.6.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. На что направлена техническая подготовка в традиционном каратэдо?
2. Характеристика боевых позиций в традиционном каратэдо, задач, средств и методов их совершенствования.
3. Характеристика видов перемещений в традиционном каратэдо.

4. Характеристика техники перемещений в традиционном каратэдо и педагогических задач ее совершенствования.

5. Характеристика видов приемов и техники ударов руками в традиционном каратэдо.

6. Характеристика видов приемов и техники ударов ногами в традиционном каратэдо.

7. Характеристика видов и техники бросков, приемов выведения из равновесия и удержания в традиционном каратэдо.

8. Характеристика видов приемов и техники болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном каратэдо.

9. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками в традиционном каратэдо.

10. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками ногами в традиционном каратэдо.

11. Характеристика видов приемов и техники защиты уходами, уклонами и уводами в традиционном каратэдо.

12. Характеристика видов приемов и техники защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном каратэдо.

13. На что направлена техническая подготовка в спортивном каратэ?

14. Основные и частные педагогические задачи технической подготовки в спортивном каратэ, чем определяется их постановка?

15. От чего зависят объемы применения упражнений технической подготовки в спортивном каратэ?

16. Характеристики сенсомоторных структур боевых действий в спортивном каратэ.

17. Виды боевых действий в спортивном каратэ и характеристики их сенсомоторных механизмов.

18. Характеристики специализированных умений в спортивном каратэ.

19. Характеристика основных боевых позиций в спортивном каратэ, роли, задач, средств и методов их совершенствования.

20. Характеристика видов перемещений в спортивном каратэ и их техники.

21. Характеристика педагогических задач совершенствования техники перемещений в спортивном каратэ.

22. Сравнительные характеристики видов атакующих действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.

23. Сравнительные характеристики видов защитных действий, применяемых в спортивном каратэ и традиционном каратэдо.

24. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении.

25. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал.

26. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях различия условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий.

27. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

28. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств.

29. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

30. Педагогические задачи применения метода совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.

31. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью.

32. Характеристика метода совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.

33. Значение тактики в спортивном каратэ.

34. Характеристика тактической деятельности в спортивном каратэ.

35. Характеристика основных тактических принципов ведения соревновательного боя в спортивном каратэ.

36. Характеристика тактических действий, применяемых в соревновательных боях в спортивного каратэ.

37. Характеристика тактических обманываний и методов их освоения.

38. Характеристика тактических качеств и методов их формирования.

39. Дать определение психической подготовки в спортивном каратэ и характеризовать ее основные задачи.

40. Дать характеристику разделам психической подготовки в спортивном каратэ и ее средствам.

41. Дать характеристику психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном каратэ и перечислить волевые качества, необходимые для ее осуществления.

42. На чем основывается развитие волевых качеств в спортивном каратэ.

43. Дать характеристику методам развития волевых качеств в спортивном каратэ.

44. Дать характеристику средствам развития волевых качеств в спортивном каратэ.

45. Дать характеристику способам создания запаса «волевой прочности».

46. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях.

47. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, применяемых в тренировочных боях.

48. Дать характеристику приемам развития волевых качеств у спортсменов-каратэистов, основанным на моделировании предполагаемых условий соревновательной деятельности.

49. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях.

50. Особенности волевой подготовки спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.

51. Дать характеристику интегральной подготовки в спортивном каратэ. Перечислить ее методы. Дать характеристику индивидуальному методу интегральной подготовки и его средствам.

52. Дать характеристику спарринговому методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средствам.

53. Дать характеристику соревновательному методу интегральной подготовки в спортивном каратэ и перечислить его средства.

54. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: тренировочный бой на заданный результат с судьей, тренировочные (подготовительные) соревнования.

55. Дать характеристику следующим средствам соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.

56. Дать характеристику возрастным этапам подготовки юных спортсменов и примерным сенситивным периодам развития двигательных качеств.

57. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в каратэ.

58. Особенности развития физических качеств у детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.

59. Особенности технической подготовки детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.

60. Методы обучения, используемые в занятиях с детьми, занимающимися каратэ на этапе предварительной подготовки.

61. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся каратэ на этапе предварительной подготовки.

62. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в каратэ.

63. Дать характеристику направлениям и методам обучения детей, занимающихся каратэ на этапе начальной спортивной подготовки.

64. Система контроля динамики развития физических качеств и формирования специальных двигательных умений у детей, занимающихся каратэ на этапе начальной спортивной подготовки.

65. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ.

66. Дать характеристику особенностям психофизиологии подростков, занимающихся каратэ на этапе углубленной спортивной подготовки.

67. Дать характеристику особенностям и основным средствам и методам физической подготовки подростков, занимающихся каратэ на этапе углубленной спортивной подготовки.

68. Дать характеристику особенностям, средствам и методам технико-тактической и интегральной подготовки на стадиях этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ. Критерии выбора соревновательной специализации. Формы комплексного контроля.

69. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования в каратэ.

70. Особенности и основные средства и методы физической, технико-тактической и интегральной подготовки юношей, занимающихся каратэ на этапе спортивного совершенствования. Формы комплексного контроля.

71. Дать характеристику физкультурно-оздоровительному этапу подготовки в каратэ.

72. Виды соревнований в спортивном каратэ, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по каратэ.

73. Участники соревнований по каратэ, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по каратэ.

74. Права и обязанности участников соревнований по каратэ, тренеров и представителей команд.

75. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ.

76. Дать краткую характеристику теоретическим основам и методам научного исследования в спорте.

77. Дать характеристику способам поиска и анализа информации в специальной и научно-методической литературе и в интернете, составления библиографии.

78. Педагогические методы научного исследования в спорте.

79. Инструментальные методы научного исследования в спорте.

80. Дать характеристику системе планирования и организации исследования в спорте, способам анализа, обработки и интерпретации его результатов.

5.2.6.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СИТИДАН,
ПИНАН ГОДАН-НО КАТА.*

РЭН СЮХО-НО КАТА: *СОНОБА ГОРЭН СЮТО УТИ-НО КАТА;
СОНОБА ГОРЭН ХИДЗИ АТЭ-НО КАТА.
РЭН СЮХО-НО КАТА № 11 – 13;*

КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные форм;
ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы;
ТЭЙСИКИ САМБОН КУМИТЭ – 2 зачетные формы;
ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА № 4;
ПИНАН ГОДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.*

5.2.7. Средства оценки практической подготовленности студентов в VII семестре очной формы обучения.

5.2.7.1. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА ХАТИДАН;

ПИНАН ЁНДАН-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО-КАТА: СОНОБА ДЗЮРЭН ДЗУКИ-НО КАТА;

СЮТО УТИ РЭНГЭКИ-НО КАТА;

ХИДЗИ АТЭ РЭНГЭКИ-НО КАТА;

РЭН СЮХО-НО КАТА № 14,15.

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ - 4 зачетные формы;

ТЭЙСИКИ НИППОН КУМИТЭ - 4 зачетные формы;

ТЭЙСИКИ САМБОН КУМИТЭ - 2 зачетные формы;

ЯКУСОКУ ИППОН КУМИТЭ-НО КАТА №5;

ПИНАН ЁНДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ.

5.2.7.2. Примерная тематика курсовых работ для студентов IV курса очного обучения:

1. Характеристика деятельности тренеров в каратэдо;
2. Особенности учебно-тренировочной и воспитательной работы тренера с юными каратэистами;
3. Задачи, содержание и построение тренировки в спортивном каратэ;
4. Виды соревновательной деятельности в спортивном каратэ и оценка параметров их компонентов;
5. Этапы многолетней подготовки юных каратэистов;
6. Содержание и формы воспитательной работы с юными каратэистами;
7. Средства и методы теоретической и интеллектуальной подготовки в спортивном каратэ;
8. Цель и задачи психической подготовки в спортивном каратэ;
9. Роль и значение тактической подготовки в спортивном каратэ;
10. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки каратэиста.

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:

5.2.8.1. Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов для устного ответа:

1. Дать определение термину «психограмма вида спорта» и характеристику специфике психической деятельности в спортивном каратэ.

2. Перечислить психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

3. Дать характеристику таким психическим процессам как восприятие, представление и воображение.

4. Дать характеристику такому психическому процессу как внимание.

5. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативное мышление.

6. Дать характеристику такому психическому процессу как оперативная память.

7. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном каратэ.

8. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-каратэистов.

9. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена.

10. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.

11. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями.

12. Методы развития тактической инициативы.

13. Методы развития специализированных умений.

14. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех.

15. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.

16. Дать характеристику условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

17. Перечислить средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

18. Дать характеристику особенностям психического фона при ведении свободных боев (ДЗИЮ КУМИТЭ).

19. Дать характеристику условиям формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

20. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера.

21. Дать характеристику психическому фону ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.

22. Перечислить общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства.

23. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий.

24. Перечислить типовые психические барьеры, препятствующие овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований.

25. Дать характеристику методам ликвидации психических барьеров.

26. Дать характеристику методам развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.

27. Перечислить средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям.

28. Дать характеристику методам регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.

29. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена.

30. Психофизиологические характеристики стартовых состояний спортсмена.

31. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной психикой.

32. Влияния стартовых состояний на спортсменов с неуравновешенной психикой.

33. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов.

34. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов.

35. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.

36. С учётом каких особенностей строится система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ и от чего зависит ее эффективность?

37. Из каких частей состоит система управления подготовкой квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ и кто его осуществляет?

38. Какие виды деятельности выполняет тренер по спортивному каратэ? Что относится к подготовительной и вспомогательной работе тренера по спортивному каратэ?

39. Что относится к основным задачам педагогической деятельности тренера по спортивному каратэ?

40. Что входит в обязанности организаторов подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

41. Что входит в обязанности работников, занимающихся материально-техническим и хозяйственным обеспечением подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

42. Что входит в обязанности сотрудников, отвечающих за научно-методическое и медицинское обеспечение подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

43. Чем определяется достижение высоких и стабильных соревновательных результатов в спортивном каратэ?

44. С учетом каких закономерностей строится тренировочный процесс подготовки квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

45. Что следует учитывать в подготовке квалифицированных спортсменов в спортивном каратэ?

46. Какие модельные характеристики квалифицированных спортсменов необходимо учитывать при прогнозировании их соревновательных результатов?

47. Основные задачи и разделы подготовки квалифицированных спортсменов.

48. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки в спортивном каратэ.

49. Построение тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования в каратэ.

50. Построение тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства в каратэ.

51. Система многолетней подготовки в спортивном каратэ.
52. Характеристика макроцикла, виды макроциклов, система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.
53. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном каратэ.
54. Характеристика подготовительного периода и его этапов.
55. Характеристика соревновательного периода.
56. Характеристика переходного периода.
57. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.
58. Характеристики втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.
59. Характеристики контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.
60. Характеристики соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.
61. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.
62. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.
63. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.
64. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов.
65. Характеристика фаз соревновательного микроцикла.
66. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.
67. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса.
68. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном этапе подготовительного периода.
69. Тренировочные средства и методы, применяемые на контрольно-подготовительном этапе подготовительного периода.
70. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.
71. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.
72. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.
73. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.
74. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.
75. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя.
76. Методика подбора боевых средств с учетом индивидуальных склонностей спортсменов.
77. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.
78. Система отбора кандидатов в сборную команду.
79. Критерии отбора кандидатов в сборную команду.
80. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.

81. Перечислить членов судейской коллегии, обслуживающей соревнования по каратэ.
82. Права и обязанности главного судьи, заместителя главного судьи, главного секретаря и инспектора соревнований по каратэ.
83. Права и обязанности старшего судьи, судьи-секретаря и судьи-хронометриста на площадке.
84. Права и обязанности членов судейской бригады.
85. Общие положения правил судейства соревнований.
86. Правила судейства соревнований по кумитэ.
87. Правила судейства соревнований по ката.
88. Судейские терминология и жесты.
89. Технология проведения педагогического эксперимента, методика сбора и обработки экспериментальных данных.
90. Технология подготовки и оформления рукописи выпускной квалификационной работы.

5.2.8.2. Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: *САНТИН-НО КАТА;*

НАЙФАНТИ СЁДАН-НО КАТА;

СИНСЭЙ-НО КАТА.

РЭН СЮХО-НО-КАТА: *СОНОБА ГОРЭН ХАЙТО УТИ-НО КАТА;*

СОНОБА ДЗЮГОРЭН ДЗУКИ-НО КАТА.

СОНОБА ДЗЮГОРЭН КАЙСЮ ДАГЭКИ-НО КАТА;

СОНОБА ДЗЮГОРЭН НУКИТЭ ДЗУКИ-НО КАТА;

СОНОБА НИДЗЮРЭН ДЗУКИ-НО КАТА.

КУМИТЭ: *НАЙФАНТИ СЁДАН-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;*

СИНСЭЙ-НО БУНКАЙ КУМИТЭ;

ДЗИЮ ИППОН КУМИТЭ - 10 зачетных атак;

ДЗИЮ НИППОН КУМИТЭ - 5 зачетных атак;

ДЗИЮ САМБОН КУМИТЭ – 5 зачетных атак.

ДЗИЮ КУМИТЭ - 5 зачетных боев;

СИАЙ КУМИТЭ - 5 зачетных боев.

5.2.8.3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Прогнозирование достижений в спортивном каратэ.
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки каратэистов.
3. Модели соревновательной деятельности в спортивном каратэ.
4. Методики повышения уровня подготовленности каратэистов.
5. Модельные характеристики спортсменов, специализирующихся в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ.

6. Планирование тренировочных нагрузок в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ и их взаимовлияние.

7. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах различных уровней подготовки отделений каратэ спортивных школ.

8. Использование современных знаний физиологии, биохимии и биомеханики спортивной деятельности при решении актуальных проблем спортивного каратэ.

9. Применение инноваций в методике обучения в различных соревновательных дисциплинах спортивного каратэ.

10. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе каратэистов.

11. Система фармакологической поддержки каратэистов в тренировочном процессе и соревнованиях.

12. Рационализация питания спортсменов, занимающихся спортивным каратэ.

13. Укрепление опорно-двигательного аппарата спортсменов, занимающихся спортивным каратэ.

14. Содержание периодов и этапов годового макроцикла тренировочного процесса спортсменов-каратэистов на различных этапах многолетней подготовки.

15. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки каратэистов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

а) Основная литература:

1. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
2. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: «Издательство Астрель», 2002. – 864с
4. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката (статья). Оценка соревновательной деятельности в единоборствах. Материалы III международной научно-практической конференции. М.: РИО РГУФКСиТ, 2003. стр.74-107.
5. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
6. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методике каратэдо. РГУФК. 2014-2017.
7. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.
8. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
9. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154
10. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160
11. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204
12. Правила соревнований по каратэ, приняты ВКФ в 2017 г.

13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

б) Дополнительная литература:

1. Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.

3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.

4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Соко, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.

5. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

6. Горбылёв А. М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.

7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5

8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.

9. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.

10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003.– 272 с.

11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.

12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.

13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.

14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

15. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.

16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.

17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. 208 с.

18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.

19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.

20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.

21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А. М. //

22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

23. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.

Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.

24. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.

25. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой. // «Додзё», 2004, № 6.

26. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.

27. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.

28. Орлов Ю. Л. Найфанги сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.

30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.

33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15

36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реагирований в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98

38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

39. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

40. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.

41. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпред, 2001. -331 с.

43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.

46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.

52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.

53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.

54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.

55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.

56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.

57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.

58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.

59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.

60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.

61. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

<http://ruswkf.ru>

<http://wkf.net>

<http://europeankaratefederation.net>

http://setopen.sportdata.org/wkfranking/ranking_main.php

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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 -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	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:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BBK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 1 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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**

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
1 семестр			
1	<p>Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел «Пропедевтика» (ведение в специализацию):</p> <p>1. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.</p> <p>2. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.</p> <p>3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.</p> <p>4. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.</p> <p>5. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.</p> <p>6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.</p>	2 неделя	2
2	<p>Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел «Обштеторетические сведения о каратэдо»:</p> <p>1. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.</p> <p>2. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.</p> <p>3. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.</p> <p>4. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.</p>	3 неделя	Всего 6 2

	<p>5. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.</p> <p>6. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.</p> <p>7. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации.</p> <p>8. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.</p>	4 неделя	2
	<p>9. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца.</p> <p>10. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.</p> <p>11. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.</p> <p>12. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.</p>	5 неделя	2
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ»	6 неделя	2
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств физической подготовки в традиционном каратэдо и спортивном каратэ»	7 неделя	2
5	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств базовой техники каратэдо»	8 неделя	2
6	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ»	9 неделя	2
7	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Классификация и терминология средств интегральной подготовки в традиционном каратэдо и спортивном каратэ»	10 неделя	2
8	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	12 неделя	2

9	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	13 неделя	2
10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	14 неделя	2
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным ката каратэдо, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	15 неделя	2
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 10-го Кю»	16 неделя	2
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Классификация базовой техники каратэдо и её терминология»	11 неделя	3
14	Оценка практической подготовленности	17 неделя	10
2 семестр			
15	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»:		Всего 6
	1. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо. 2. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и само страховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований. 3. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и само страховки. 4. Методы оказания первой до врачебной помощи.	24 неделя	2
	5. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена. 6. Принципы обеспечения режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо. 7. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.	25 неделя	2
	8. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. 9. Основы дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. 10. Методы дыхания в каратэдо. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо. 11. Методы формообразования ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо. 12. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.	26 неделя	2

16	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел «История каратэдо»:		Всего 4
	1. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия. 2. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо. 3. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо. 4. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве. 5. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.	31 неделя	2
	6. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии. 7. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире. 8. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (ЕКФ) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо. 9. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России. 10. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.	33 неделя	2
17	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Технология наблюдения за противником». «Виды приемов наблюдения». «Средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо». «Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания»	27 неделя	2
18	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо»	28 неделя	2
19	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел «История каратэдо»: «Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия»	34 неделя	2
20	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения - стойкам, позам и перемещениям, - изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Кю»	37 неделя	2
21	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам нападения, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	38 неделя	2
22	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам защиты, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	39 неделя	2
23	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 9-го Кю»	40 неделя	2

24	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении учебной программы 9-го Кю»	41 неделя	2
25	Написание и защита рефератов по разделам темы: «Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия и вида спорта»	35 неделя	3
26	Рубежный контроль: экзамен	44 неделя	20
27	Посещение занятий	В течение учеб. года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 2 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
3 семестр			
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Общетеоретические сведения о каратэдо»:		Всего 6
	1. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические цепи и кинематические пары. Степени свободы движений. 2. Кинематические характеристики приемов каратэдо: траектория, скорость и ускорение. 3. Динамические характеристики приемов каратэдо: ударная масса, сила удара, импульс силы, количество движения, работа силы и её мощность, механическая энергия движения. 4. 2-й и 3-й законы Ньютона. 5. Позная устойчивость и равновесие. Силы инерции. Способы использования и нейтрализации сил инерции: площадь опоры, угол устойчивости, проекция центра массы на площадь опоры. 6. Основные характеристики биомеханического взаимодействия бойцов при выведении из равновесия и проведении бросков: общий центр тяжести пары бойцов, реакция взаимного контакта, центробежные силы, моменты силы, рычаг приложения силы, моменты вращения в различных плоскостях.	2 неделя	3
	7. Характеристики ударных и защитных взаимодействий: время взаимодействия, угол приложения силы, концентрация силы в ударах в каратэдо (КИМЭ). 8. Характеристики цели: прочность, жесткость, упругость, пластичность. 9. Традиционные способы выполнения ударных и блокирующих действий в каратэдо: МУТИ ХО – способ «хлыст», ВА ХО – способ «петля», ДАН ХО – способ «пружина». 10. Способы использования и нейтрализации сил инерции: сила трения и реакция опоры. Традиционный способ сохранения равновесия в каратэдо – ХИКИ ХО. 11. Роль супенационных и пронационных движений предплечья (Нэдзири-но удэ) в повышение эффективности приемов каратэдо.	3 неделя	3

2	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Физические качества и методы их развитие в каратэдо»:		Всего 6
	1. Роль физической подготовки в занятиях каратэдо. 2. Характеристика условий проявления физических качеств в каратэдо. 3. Взаимосвязь и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств. 4. Характеристика гибкости. Виды гибкости. Задачи развития гибкости. Традиционные и современные средства и методы развития гибкости в каратэдо. 5. Характеристика быстроты. Виды быстроты. Задачи развития быстроты. Критерии оценки быстроты каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития быстроты в каратэдо. 6. Характеристика силовых способностей. Виды силы. Основные направления развития силовых способностей каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития силы в каратэдо.	5 неделя	3
	7. Характеристика координационных способностей и ловкости. Критерии оценки ловкости. Значение ловкости для овладения технико-тактическим мастерством и достижения высоких спортивных результатов. Задачи развития ловкости. Традиционные и современные методы управления развитием ловкости в каратэдо. 8. Характеристика выносливости. Виды выносливости. Основные направления развития выносливости каратэиста. Традиционные и современные средства и методы развития выносливости в каратэдо. 9. Характеристика произвольного мышечного напряжения и расслабления, методы управления их развитием в каратэдо. 10. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их возраста, 11. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их пола 12. Особенности применения средств и методов развития физических качеств каратэистов в зависимости от их квалификации.	6 неделя	3
3	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Общетеоретические сведения о каратэдо»: «Определение кинематических и динамических характеристик различных видов перемещений и приемов атаки и защиты каратэдо» (по заданию)	4 неделя	3
4	Письменное тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Физические качества и методы их развитие в каратэдо»	7 неделя	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	10 неделя	3
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	16 неделя	5

7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	16 неделя	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика применения средств физической подготовки»	8 неделя	5
9	Оценка практической подготовленности	17 неделя	5
4 семестр			
10	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»:		Всего 5
	1. Основы методики обучения каратэдо. 2. Характеристика словесных методов, используемых в подготовке каратэистов. 3. Характеристика наглядных методов, используемых в подготовке каратэистов. 4. Характеристика практических методов, используемых в подготовке каратэистов. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.	20 неделя	2
	5. Последовательность освоения приемов (действий). 6. Характеристика последовательности ознакомления с приемом (действием). 7. Характеристика последовательности разучивания приема (действия). 8. Характеристика последовательности совершенствования в выполнении приема (действия). 9. Характеристика двигательных навыков каратэиста.	22 неделя	3
11	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»: «Обоснование необходимости многочисленности двигательных навыков, быстроты и точности движений для каратэиста»	22 неделя	3
12	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»: «Обоснование необходимости большого объема специальных качеств, стабильности и вариативности движений для каратэиста»	23 неделя	3
13	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	36 неделя	3
14	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	41 неделя	5
15	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 6-го Кю»	41 неделя	5
16	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	26 неделя	5

17	Рубежный контроль: экзамен	43 неделя	20
18	Посещение занятий	В течение учеб. года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 3 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
5 семестр			
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»:		Всего 8
	1. Направления технической подготовки в традиционном каратэдо. 2. Характеристика боевых позиций, видов и техники перемещений, ударов руками и ногами, бросков, приемов выведения из равновесия и удержания, болевых воздействий на суставы, удушения и других средств нападения в традиционном каратэдо, педагогических задач, средств и методов их совершенствования. 3. Характеристика видов приемов и техники защиты блоками руками и ногами, защиты уходами, уклонами и уводами, защиты от захватов и противодействия захватам в традиционном каратэдо. 4. Направления технической подготовки в спортивном каратэ, её основные и частные педагогические задачи. Объемы применения упражнений технической подготовки. Характеристики специализированных умений в спортивном каратэ. Виды боевых действий в спортивном каратэ и характеристики их сенсомоторных механизмов.	3 неделя	3
	5. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях выполнения технических приемов и боевых действий на обусловленный зрительный, тактильный или слуховой сигнал и последовательность усложнения ситуаций при его применении. 6. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях различения условий, необходимых для эффективного выполнения технических приемов и боевых действий. 7. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях взаимоисключающего выбора боевых средств. 8. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях переключения от одних средств единоборства к другим.	6 неделя	5

	9. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях с пространственной и временной неопределенностью. 10. Характеристика метода и педагогические задачи совершенствования техники в ситуациях возникновения рефлекторных помех.		
2	Выступление на семинаре по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»: 1. Определение психической подготовки в спортивном каратэ и характеристика ее основных задач, разделов и средств. 2. Характеристика психической составляющей соревновательной и тренировочной деятельности в спортивном каратэ и волевых качеств, необходимых для ее осуществления, на чем основывается их развитие. 3. Характеристика методов и средств развития волевых качеств в спортивном каратэ и способов создания запаса «волевой прочности». 4. Характеристика приёмов развития волевых качеств у спортсмен-нов-каратэистов, применяемых в индивидуальных и парных упражнениях, в тренировочных и соревновательных боях. 5. Особенности волевой подготовки спортсмена – претендента на победу в предстоящих соревнованиях и спортсменов – участников предстоящих командных соревнований.	8 неделя	3
3	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	7 неделя	3
4	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	9 неделя	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	13 неделя	3
6	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов и начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	14 неделя	5
7	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 5-го Кю»	15 неделя	5
8	Написание и защита реферата по разделам темы: «Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо»	16 неделя	5
9	Оценка практической подготовленности	17 неделя	5
6 семестр			
10	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»: 1. Характеристика интегральной подготовки в спортивном каратэ и ее методы. Характеристика индивидуального метода интегральной подготовки и его средств. 2. Характеристику спаррингового метода интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средств. 3. Характеристика соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ и его средств. 4. Характеристика следующих средств соревновательного метода		Всего 6
		23 неделя	3

	<p>интегральной подготовки в спортивном каратэ: тренировочный бой на заданный результат с судейством, тренировочные (подготовительные) соревнования.</p> <p>5. Характеристика следующих средств соревновательного метода интегральной подготовки в спортивном каратэ: контрольные соревнования, подводящие (модельные) соревнования.</p>		
	<p>6. Характеристика возрастных этапов подготовки юных спортсменов и примерных сенситивных периодов развития двигательных качеств.</p> <p>7. Система организации и основные задачи этапа предварительной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.</p> <p>8. Система организации и основные задачи этапа начальной спортивной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.</p> <p>9. Система организации и основные задачи этапа углубленной спортивной подготовки в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.</p> <p>10. Система организации и основные задачи этапа спортивного совершенствования мастерства в каратэ. Методы и средства обучения и контроля, применяемые на этом этапе.</p>	26 неделя	3
11	<p>Выступление на семинаре по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Судейство, организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо»:</p> <p>1. Виды соревнований в спортивном каратэ, характер и способы их проведения. Цель и задачи спортивно-массовых мероприятий по каратэ.</p> <p>2. Участники соревнований по каратэ, их возрастные и весовые категории. Условия процедуры допуска и взвешивания участников соревнований по каратэ.</p> <p>3. Права и обязанности участников соревнований по каратэ, тренеров и представителей команд.</p> <p>4. Оборудование мест соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ. Медицинское и информационное обеспечение соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэ.</p>	29 неделя	3
12	<p>Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»</p>	30 неделя	3
13	<p>Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»</p>	35 неделя	3
14	<p>Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, начальным и базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»</p>	39 неделя	5
15	<p>Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных боёв, изучаемым при прохождении программы 4-го Кю»</p>	40 неделя	5
16	<p>Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки каратэиста»</p>	40 неделя	5
17	<p>Рубежный контроль: экзамен</p>	43 неделя	20

18	Посещение занятий	В течение учеб. года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
для студентов 4 курса 14 группы Института спорта и физического воспитания,
обучающихся по направлению 49.03.01 – «Физическая культура», профилю – «Спортивная
подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, 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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов
7 семестр			
1	Выступление на семинарах по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»:		Всего 15
	1. Определение термина «Психограмма вида спорта» и характеристика специфики психической деятельности в спортивном каратэ. Психические процессы, характерные для соревновательной деятельности в спортивном каратэ. 2. Характеристика психических процессов: восприятие, воображение и представление, внимание, оперативное мышление, оперативная память. 3. Перечислить волевые качества и роль, которую они играют в различных ситуациях соревновательной деятельности в спортивном каратэ. Способы компенсации недостаточно развитых психических качеств у спортсменов-каратэистов. 4. Влияние психической напряженности на соревновательную деятельность спортсмена. 5. Что служит созданию психических предпосылок для технико-тактического совершенствования.	2 неделя	3
	6. Методы освоения психической взаимосвязи между различными боевыми действиями. 7. Методы развития тактической инициативы. 8. Методы развития специализированных умений. 9. Методы развития способности к преодолению внешних и внутренних помех. 10. Методы варьирования направленности индивидуальных занятий.	4 неделя	3
	11. Характеристика условий психической деятельности в тренировочных боях и боях соревновательного характера. Средства создания необходимого психического фона при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера. 12. Характеристика особенностей психического фона при ведении свободных боев (ДЗИЮ КУМИТЭ).	6 неделя	3

	13. Характеристика условий формирования тактической инициативы при совершенствовании технико-тактического мастерства каратэистов в тренировочных боях и боях соревновательного характера. 14. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода целенаправленного подбора соперников в тренировочных боях и боях соревновательного характера. 15. Характеристика психического фона ведения боевой деятельности при использовании метода вариативного построения тренировочных боев и боев соревновательного характера.		
	16. Общие и частные причины возникновения психических барьеров, препятствующих технико-тактическому совершенствованию спортсменов, проявлению достигнутого уровня мастерства. 17. Типовые психические барьеры, препятствующие освоению боевых действий и овладению способностью к единоборству с разнообразными соперниками и в различных условиях соревнований. 18. Характеристика методов ликвидации психических барьеров и развития способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния. 19. Средства предварительной психической подготовки спортсмена к предстоящим соревнованиям. 20. Характеристика методов регулирования объема психических нагрузок в предсоревновательных микроциклах.	8 неделя	3
	21. Причины возникновения стартовых состояний спортсмена и их психофизиологические характеристики. 22. Влияния стартовых состояний на спортсменов с уравновешенной и неуравновешенной психикой. 23. Средства регуляции стартовых состояний спортсменов. 24. Методы регуляции стартовых состояний у инертных спортсменов. 25. Методы регуляции стартовых состояний у спортсменов с неуравновешенной психикой.	9 неделя	3
2	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	10 неделя	3
3	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 3-го Кю»	14 неделя	3
4	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 3-го Кю»	15 неделя	3
5	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении программы 7-го Кю»	16 неделя	3
6	Написание и защита реферата по разделам темы: «Психические качества и методы их формирования в каратэдо»	11 неделя	3
7	Оценка практической подготовленности	17 неделя	5
8 семестр			
8	Выступление на семинарах по следующим темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»:		Всего 10

	<p>1. Система многолетней подготовки в спортивном каратэ. Построение тренировочного процесса на этапах начальной и углубленной спортивной подготовки и на этапе спортивного совершенствования мастерства в спортивном каратэ.</p> <p>2. Характеристика макроцикла, виды макроциклов. Общие требования к системе подготовки спортсмена в макроцикле тренировочного процесса. Система построения тренировочного процесса в годичном макроцикле.</p> <p>3. Система периодизации тренировочного процесса в спортивном каратэ.</p> <p>4. Характеристика подготовительного периода и его этапов.</p> <p>5. Характеристика соревновательного периода.</p> <p>6. Характеристика переходного периода.</p>	24 неделя	2
	<p>7. Характеристика мезоцикла, виды мезоциклов.</p> <p>8. Характеристики втягивающих и базовых мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p> <p>9. Характеристики контрольно-подготовительных и предсоревновательных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p> <p>10. Характеристики соревновательных и восстановительных мезоциклов, особенности построения тренировочного процесса в этих мезоциклах.</p>	25 неделя	2
	<p>11. Характеристика микроцикла, виды микроциклов.</p> <p>12. Характеристика втягивающих и общеподготовительных микроциклов.</p> <p>13. Характеристика специально подготовительных и модельных микроциклов.</p> <p>14. Характеристика подводящих и соревновательных микроциклов и их фаз.</p> <p>15. Характеристика ударных и восстановительных микроциклов.</p>	27 неделя	2
	<p>16. Тренировочные средства и методы, применяемые на общеподготовительном и контрольно-подготовительном этапах подготовительного периода.</p> <p>17. Тренировочные средства и методы, применяемые на этапе интегральной подготовки подготовительного периода.</p> <p>18. Тренировочные средства и методы, применяемые на предсоревновательном этапе подготовительного периода.</p> <p>19. Тренировочные средства и методы, применяемые в соревновательном периоде.</p> <p>20. Тренировочные средства и методы, применяемые в переходном периоде.</p>	29 неделя	2
	<p>21. Методика планирования тренировочных нагрузок и их распределения по этапам подготовки.</p> <p>22. Методика планирования технико-тактического оснащения спортсменов, совершенствования их индивидуальной манеры ведения боя и подбора боевых средств с учетом их индивидуальных склонностей.</p> <p>23. Методы эффективного ускорения переноса тренировочного материала в соревновательные бои.</p> <p>24. Система и критерии отбора кандидатов в сборную команду.</p> <p>25. Средства и методы управления деятельностью спортсмена в соревнованиях.</p>	31 неделя	2
9	Письменное тестирование по темам, входящим в раздел (модуль) «Управление системой подготовки каратэиста»	32 неделя	5

10	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования»: «Освоение методов обучения средствам обеспечения, нападения и защиты, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	33 неделя	5
11	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения комбинациям приемов, базовым ката каратэдо, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	36 неделя	5
12	Практическое тестирование по теме, входящей в раздел (модуль) «Интегральная подготовка в каратэдо»: «Освоение методов обучения видам и формам учебных и учебно-тренировочных боёв, изучаемым при прохождении программы 2-го Кю»	36 неделя	5
13	Написание и защита реферата по разделам темы: «Управление системой подготовки каратэиста»	37 неделя	5
14	Рубежный контроль: экзамен	38 неделя	20
15	Посещение занятий	В течение учеб. года	10
Итого			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество 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. Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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

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 (МОДУЛЮ)**

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)» составляет **47** зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»: **1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.**

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»: успешное усвоение студентами теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" – тренеров и преподавателей по каратэдо – для работы в спортивных школах (СШ) различного уровня, училищах олимпийского резерва (УОР), высших и средних специальных учебных заведениях и других организациях в Российской Федерации, владеющих передовыми знаниями, соответствующими современному научно обоснованному уровню развития данного вида спорта в нашей стране и за рубежом, умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации.

4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

– способностью использовать средства каратэдо для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

– способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по каратэдо и базовым видам спорта (ОПК-8);

– способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

– способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в каратэдо, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

– способностью формировать мотивацию к занятиям каратэдо, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);

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

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

– способностью использовать актуальные для каратэдо технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);

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

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

– способностью планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);

– способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);

– способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)», очная форма обучения

№ раздела	Разделы дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (каратэдо)»	Семестры	ЗЕТ	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)				
				Всего часов	Лекции	Практика	СРС	Контроль
0	Пропедевтика – введение в дисциплину «Теория и методика каратэдо»	1	0,17	6	2	-	4	
1	История и вопросы современного развития каратэдо	2, 3, 5, 7	1,39	50	18	-	32	
2	Общетеоретические сведения о каратэдо	1, 2, 3	2,61	94	28	4	62	
3	Базовая техника каратэдо. Методы обучения технике и ее совершенствования	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	11,39	410	-	178	232	
4	Тактика каратэдо. Методы формирования тактических умений и навыков»	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	3,56	128	-	44	84	
5	Интегральная подготовка в каратэдо	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	11,44	412	-	180	232	

6	Физические качества и методы их развитие в каратэдо	3, 4	1,56	56	14	24	18	
7	Психические качества и методы их формирования в каратэдо	5, 7	1,69	61	22	16	23	
8	Методика подготовки в традиционном и спортивном направлениях каратэдо	4, 5, 7	2,16	78	18	24	36	
9	Управление системой подготовки каратэиста	6, 8	1,94	70	22	28	20	
10	Организация, проведение и судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятий по каратэдо	6, 8	1,36	49	4	24	21	
11	Техника и тактика самозащиты при применении противником неспециализированных для каратэдо средств нападения	4, 5, 7	2,17	78	2	36	40	
12	Научно-исследовательская и учебно-методическая работа студентов	6, 8	1,56	56	10	14	32	
Итоговый контроль (экзамен)		2, 4, 6, 8	4	144	-	-	108	36
Всего за курс обучения			47	1692	140	572	944	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 физической культуры

**Кафедра теории и методика фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(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:

Демченко Наталья Сергеевна, доцент кафедры ТиМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины.

Цель освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)**» – обеспечить освоение 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. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» 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 кюкусинкай.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 киокусинкай 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
ОПК-3	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в кумитэ, ката, тамэсивари; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в киокусинкай к проведению занятий с данным контингентом. 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по киокусинкай. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; 			8

	<ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения основам кобудо; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки в киокусинкай; <p>требования стандартов спортивной подготовки в киокусинкай к проведению занятий с данным контингентом.</p>			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; <p>требования стандартов спортивной подготовки в киокусинкай.</p>			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
ОПК-6	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами киокусинкай; <p>принципов построения занятий по киокусинкай оздоровительной направленности</p>			2
ОПК-6	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе 			10

	<p>подготовки спортсменов в киокусинкай;</p> <p>– особенности протекания восстановления при занятиях различными дисциплинами киокусинкай.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>– подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок киокусинкай;</p> <p>использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в киокусинкай.</p> <p><i>Владеть:</i></p> <p>– планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе в киокусинкай</p>			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i></p> <p>– эволюцию правил соревнований по киокусинкай;</p> <p>– судейскую терминологию при проведении соревнований по различным группам дисциплин киокусинкай;</p> <p>– основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований.</p>			1
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– правила соревнований по различным группам дисциплин киокусинкай;</p> <p>– документы планирования и проведения соревнований;</p> <p>– особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</p> <p>– обязанности организаторов и судей соревнования;</p> <p>– основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>– организовывать и проводить соревнования различного уровня;</p> <p>– осуществлять объективное судейство соревнований;</p> <p>– обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований</p>			3
ОПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>– основы научно-методической деятельности в киокусинкай;</p> <p>– апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности</p>			4

	различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта.			
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта			1
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований			6
	<i>Уметь:</i> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности			8
	<i>Уметь:</i> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы			10
	<i>Владеть:</i> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.			
ПК-8	<i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – этикет, санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.			1
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по киокусинкай знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать правила этикета и санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую			

	<p>деятельность в киокусинкай с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</p> <p>– современными технологиями тренировки в киокусинкай;</p> <p>умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.</p>			
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику двигательной деятельности в киокусинкай</p>			6
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>			7
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– формирования мотивации к занятиям киокусинкай</p>			8
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям в киокусинкай</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– умением формировать мотивацию к занятиям в различных дисциплинах киокусинкай</p>			
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <p>– теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <p>– методики отбора и спортивной ориентации в киокусинкай;</p> <p>– современные методики по определению антропометрических, физических и психических</p>			6

	особенностей обучающихся.			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в киокусинкай.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в киокусинкай</p>			3
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по дисциплинам киокусинкай 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по дисциплинам киокусинкай в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки 			6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по различным дисциплинам киокусинкай в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства 			7
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в киокусинкай; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена 			9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для современного пятиборья технологиями управления состоянием человека, 			

	включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в киокусинкай; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в киокусинкай			5
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия			
ПК-15	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.			7
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности			
ПК-26	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки			1
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.			4

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ 			2
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в киокусинкай с использованием апробированных методик 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в киокусинкай 			
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методологии исследовательской деятельности в киокусинкай 			4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 			6
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности 			8

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» заочной формы обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 220 часов, самостоятельная работа студентов – 1427 часов.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	Экза	
I курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	1	6	16	158		
1.1	Модуль 1(1 кредит, 36 часов) «Введение в курс специализации кюкусинкай»		2	4	60		устный опрос тестирование
1.2	Модуль 2 (2 кредита, 72 часа) «История кюкусинкай»			4	60		устный опрос тестирование
1.3	Модуль 3 (2 кредита, 72 часа) «Новейшая история развития кюкусинкай»			4	64		Семинар
I курс	Всего:216 часов (6 зачетных единиц)	2	6	16	185	9	Экзамен
1.4	Модуль 4(1 кредит, 36 часов) «Основы безопасности, этикета и гигиены в кюкусинкай»		2	4	24		Семинар Письменный опрос

1.5	Модуль 5 (1 кредит, 36 часов) «Терминология и классификация киокусинкай»			4	24		Тестирование
1.6	Модуль 6 (0,5 кредит – 18 часов) «Основы техники разбивания твердых предметов»			4	25		Учебная практика
1.7	Модуль 7 (1 кредит – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	Экзамен
Всего за I курс: 396 часа (11 зачетных единиц)		12	32	343	9		

II курс	Всего:90 часов (2, 5 зачетных единиц)	3	6	16	68		
2.1	Модуль 8 (0,5 кредит – 18 часов) «Основы техники работы с оружием»		2	8	8		Учебная практика
2.2	Модуль 9 (1 кредит, 36 часов) «Основы техники традиционного и спортивного киокусинкай»		4	14	18		Семинар тестирование
2.3	Модуль 10 (1 кредит – 36 часов) «Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку»		4	16	16		Письменный опрос Учебная практика Тестирование
II курс	Всего:252 часа (7 зачетных единиц)	4	6	16	221	9	Экзамен

2.4	Модуль 11 (3 кредита – 108 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по тамэсивари»		4	18	14		Письменный опрос Учебная практика Тестирование
2.5	Модуль 12 (2 кредита – 72 часа) «Средства, методы и условия тренировки в традиционном киокусинкай»		4	18	14		Семинар
2.6	Модуль 13 (1 кредит - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	
Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)		12	32	289	9		
III курс	Всего:144 часов (4 зачетных единиц)	5	6	16	122		
3.1	Модуль 14 (1 кредит – 36 часов) «УНИРС в ВУЗах. Подготовка годовой работы»		6	18	12		устный опрос
3.2	Модуль 15 (1 кредит - 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ»		4	20	12		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
3.3	Модуль 16 (1 кредит – 36 часов) «Связь традиций и спорта в киокусинкай»		4	18	14		Фронтальный письменный опрос

3.4	Модуль 17 (1 кредит - 36 часов) «Базовые индивидуальные комплексы Пинъан»		4	18	14		Фронтальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
III курс	Всего:108 часов (3 зачетные единицы)	6	6	16	77	9	Экзамен
3.5	Модуль 18 (1 кредит - 36 часов) «Общая физическая подготовка в киокусинкай»		4	12	20		Фронтальный практический опрос
3.6	Модуль 19 (1 кредит - 36 часов) «Специальная физическая подготовка в киокусинкай»		2	12	22		Фронтальный практический опрос
3.7	Модуль 20 (1 кредит - 36 часов) «Традиционные и современные методы развития и совершенствования физических качеств в киокусинкай»		4	28	4		Семинар Выборочный устный опрос тестирование
3.8	Модуль 22 (1 кредит – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	Экзамен
Всего за III курс: 252 часа (7 зачетных единиц)			12	32	199	9	

IV курс	Всего:270 часов (7,5 зачетных единиц)	8	12	32	217	9	Экзамен
4.1	Модуль 23 (1 кредит – 36 часов) «УНИРС в ВУЗах. Подготовка курсовой работы»		4	16	16		Индивидуальный письменный опрос

4.2	Модуль 24 (1 кредит – 36 часов) «Средства, методы и условия организации спортивных занятий по киокусинкай в системе дополнительного образования»		4	14	18		Семинар Выборочный устный опрос
4.3	Модуль 25 (1 кредит – 36 часов) «Виды подготовки в киокусинкай»		8	16	12		Семинар Реферат
4.4	Модуль 26 (1 кредит – 36 часов) «Техническая подготовка в киокусинкай»		4	14	18		Фронтальный практический опрос
4.5	Модуль 27 (1 кредит – 36 часов) «Базовые ката обязательной программы киокусинкай»		4	14	18		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
IV курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	8	4	16	151	9	Экзамен
4.6	Модуль 28 (1 кредит - 36 часов) «Специальная психологическая подготовка в киокусинкай»		4	12	20		Семинар
4.7	Модуль 29 (1 кредит - 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по ката»		6	16	14		Фронтальный практический опрос Тестирование
4.8	Модуль 30 (1 кредит – 36 часов) «Воспитание моральных и волевых качеств в		4	14	2/16		Семинар

	киокусинкай»						
4.9	Модуль 31 (1 зачетная единица - 36 часов) «Подготовка и защита курсовой работы»			8	28		Фронтальный устный
4.10	Модуль 32 (1 зачетная единица - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 270 часов (7,5 зачетных единиц)		12	32	217	9		
V курс	Всего:432 часа (12 зачетных единиц)	10	12	32	379	9	Экзамен
5.1	Модуль 33 (0,5 кредит – 18 часов) «Усложненные ката произвольной программы кюкусинкай»		4	14	2/16		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
5.2	Модуль 34 (1 кредит – 36 часов) «Организация учебно-тренировочный процесс по кюкусинкай в системе ДЮСШ»		4	14	2/16		Фронтальный практический опрос Тестирование
5.3	Модуль 35 (1 кредит – 36 часов) «Организация спортивно-массовых мероприятий по кюкусинкай»		2	16	2/16		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика
5.4	Модуль 36 (1 кредит - 36 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по кюкусинкай»		4	14	2/16		Семинар
5.5	Модуль 37 (1 кредит - 36 часов)		2	8	8		Семинар

	«Интегральная подготовка в киокусинкай»						
V курс	Всего:180 часов (5 зачетных единиц)	10	4	20	147	9	Экзамен
5.6	Модуль 38 (1 кредит – 36 часов) «Управление спортивной подготовкой в киокусинкай»		6	12	18		Фронтальный письменный опрос
5.7	Модуль 39 (1 кредит – 36 часов) «Регламентирующая документация по виду спорта киокусинкай»		4	12	20		Выборочный письменный
5.8	Модуль 40 (1 кредит - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»			8	28		Фронтальный устный
5.9	Модуль 41 (1 кредит - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов пятого курса»				27	9	Экзамен
Всего за V курс: 432 часа (12 зачетных единиц)			12	32	379	9	
Всего за курс: 1692 часа			60	160	1427	45	

Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей 3 дня подготовки и 1 день на экзамен.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

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. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Опишите модель специалиста по профилю «тренер-преподаватель по Кюкусинкай».
2. История возникновения и формирования Кёкусинкай-кан.
3. Укажите основные даты формирования кюкусинкай как вида спорта.
4. Развитие икокусинкай в СССР и России.
5. Значение этикета в тренировочном процессе.
6. Техника безопасности проведения занятий по кюкусинкай.
7. Личная гигиена спортсменов кюкусинкай.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в 2 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Методы используемые при обучении технике разбивания твердых предметов (тамэсивари).
2. Классификация традиционной базовой техники киокусинкай.
3. Классификация спортивного раздела киокусинкай.
4. Терминология киокусинкай. Требования, предъявляемые к терминам. Общие, основные и дополнительные термины.
5. Традиционная базовая техника киокусинкай.
6. Классификация традиционной базовой техники Киокусинкай.
7. Влияние классификации техники Киокусинкай на методику обучения и тренировки.

**5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во 3 семестре
очной формы обучения:**

Вопросы для устного ответа:

1. Бодзюцу. Цели, задачи. Объяснить основные требования к технике выполнения бодзюцу.
2. Дзёзюцу. Цели, задачи. Объяснить основные требования к технике выполнения дзёдзюцу.
3. Тонфадзюцу. Цели, задачи. Продемонстрировать и объяснить основные требования к технике выполнения тонфадзюцу.
4. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ити.
5. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ни.
6. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-сан.
7. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ён.

8. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-го.
9. Методы укрепления ударных частей рук и ног в киокусинкай.
10. 22. Методы и методики набивки ударных частей рук и ног.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в 4 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Виды соревнований по тамэсивари и их организация.
2. Виды соревнований по тамэсивари и способы их проведения.
3. Составление положения о соревнованиях по тамэсивари.
4. Критерии выбора места для проведения соревнований по тамэсивари и составление технического задания.
5. Составление программы проведения соревнований по тамэсивари.
6. Подготовка документации для проведения соревнований по тамэсивари.
7. Особенности проведения тамэсивари в соревнованиях по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях.
8. Особенности проведения соревнований по тамэсивари в различных Международных организациях.
9. Правила судейства соревнований по тамэсивари.
10. Судейская коллегия и организаторы соревнований по тамэсивари. Их права и обязанности.
11. Основные средства, методы и условия подготовки в традиционном киокусинкай.
12. Характеристика спортивного и традиционного разделов деятельности в киокусинкай.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в 5 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Связь традиций и спорта в современном киокусинкай.
2. Положение для соревнований по кумитэ по любой из групп дисциплин.
3. Составление программы и сценария проведения всероссийского соревнования по кумитэ.
4. Составление графика подготовки к проведению городских соревнований с различным контингентом и количеством участников.
5. Виды соревнований по кумитэ и способы их проведения.
6. Критерии выбора места для проведения соревнований. Техническое задание.
7. Подготовка документации для проведения соревнований.
8. Оборудование мест соревнований.
9. Подбор и приглашение судей.
10. Основные положения отчета о соревнованиях.
11. Возраст участников и условия их допуска к соревнованиям. Категории участников. Права и обязанности участников соревнований, тренеров и представителей. Медицинское обслуживание соревнований.
12. Судейская коллегия. Её права и обязанности. Формирование судейских бригад.
13. Различия правил соревнований по кумитэ спортивных дисциплин по виду спорта Киокусинкай. Общие положения. Регламент.
14. Судейская терминология и жесты в соревнованиях по кумитэ.
15. Продемонстрировать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ити.
16. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-ити.
17. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ни.
18. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ён.
19. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-ни и Пинъан сонно-ён.

20. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-сан.
21. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-го.
22. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-са и Пинъан сонно-го.
23. Что такое базовые индивидуальные комплексы в киокусинкай? Их цели и задачи.
24. Методики и методы тренировки базовых индивидуальных комплексов в киокусинкай.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в 6 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Роль общей физической подготовки в занятиях киокусинкай. Подбор упражнений ОФП для различных этапов подготовки.
2. Специальная физическая подготовки в киокусинкай. Подбор примеров упражнений СФП для различных этапов подготовки.
3. Гибкость, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
4. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
5. Сила, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
6. Выносливость и традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
7. Быстрота, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
8. Ловкость, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.

9. Применение игрового метода в тренировочном процессе в киокусинкай.
10. Энергетическое обеспечение выносливости.
11. Проявление быстроты в дисциплинах киокусинкай.
12. Факторы, определяющие гибкость.
27. Подготовка годовой работы по заранее выбранной и утвержденной теме.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов в 7 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. На какие этапы делится тренировочный процесс в системе дополнительного образования в киокусинкай?
2. Цели и задачи ознакомительного периода подготовки в киокусинкай.
3. Цели и задачи базового этапа подготовки в киокусинкай.
4. Цели и задачи углубленного этапа подготовки в киокусинкай.
5. Предмет и задачи обучения киокусинкай.
6. Организационные основы методических объединений со спортивным клоном.
7. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
8. Особенности составления программ по киокусинкай для различных этапов.
9. Характеристика основных документов, регламентирующих работу объединений: программы, годовых планов и графиков учебно-тренировочного процесса, поурочных планов по киокусинкай на этапы и периоды годичного тренировочного цикла; расписания занятий; конспектов занятий; календарного плана соревнований и сборов; документов учета и контроля, итогового годового отчета.
10. Виды спортивной подготовки в киокусинкай. Их определения, цели и задачи.

11. Понятие о технической подготовке. Роль и значение технической подготовки в видах киокусинкай. Связь технической подготовкой с другими сторонами подготовки: тактической, физической и психологической.
12. Обучение технике киокусинкай и ее совершенствование.
13. Общая характеристика техники Киокусинкай и ее значение для становления мастерства бойца.
14. Технический арсенал спортсмена в киокусинкай и закономерности его формирования.
15. Общая характеристика тактики Киокусинкай и ее значение для становления мастерства бойца.
16. Взаимосвязь техники и тактики в киокусинкай.
17. Разделы, виды и элементы тактики в киокусинкай.
18. Роль физической подготовки в занятиях Киокусинкай.
19. Тактические основы боя.
20. Характеристика боевой деятельности в спортивном каратэ.
21. Боевые действия.
22. Тактическое обманывание. Тактические качества. Основные тактические принципы.
23. Совершенствование технико-тактической деятельности.
24. Подготовка к единоборству с различными противниками.
25. Последовательность использования средств и методов технико-тактической подготовки.
26. Роль теоретической подготовки в киокусинкай.

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов в 8 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Понятие о психической подготовке. Роль и значение психической подготовки в видах киокусинкай. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки: тактической, физической и технической.

2. Связь специальной психологической подготовкой с другими сторонами подготовки: тактической, физической, технической и интеллектуальной.
3. Значение психической устойчивости для бойца киокусинкай.
4. Создание психологических предпосылок для технико-тактического совершенствования.
5. Развитие способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.
6. Методы индивидуального подхода к психологической подготовке в предсоревновательный период и в процессе соревнования.
7. Понятия дзансин, гэнсин и цусин в традиции и соревнованиях.
8. Мэцукэ, в традиции Востока. Визуальное взаимодействие в единоборствах. Мэцукэ в соревновательной практике каратэ.
9. Составить график подготовки к проведению городских соревнований с различным контингентом и количеством участников.
10. Виды соревнований по ката и способы их проведения.
11. Критерии выбора места для проведения соревнований. Техническое задание.
12. Составление программы соревнований.
13. Подготовка документации для проведения соревнований.
14. Оборудование мест соревнований.
15. Подбор и приглашение судей.
16. Основные положения отчета о соревнованиях.
17. Возраст участников и условия их допуска к соревнованиям. Категории участников. Права и обязанности участников соревнований, тренеров и представителей.
18. Различия правил соревнований по ката спортивных дисциплин по виду спорта Киокусинкай. Общие положения. Регламент.
19. Система начисления баллов. Определение и объявление результата выступления.
20. Судейская терминология и жесты в соревнованиях по ката.

21. Составить положение о соревнованиях по ката по своей группе дисциплин.
22. Написание и защита курсовой работы.

5.2.9. Примерная тематика курсовых работ для студентов 4 курса очного обучения:

1. Повышение эффективности техники выполнения ката с использованием мэцукэ.
2. Совершенствование методики технической подготовки в киокусинкай при использовании оружия на примере бодзюцу.
3. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки в киокусинкай.
4. Совершенствование методики тренировки дистанционного взаимодействия в киокусинкай, путём анализа технико-тактического арсенала на этапе начальной спортивной специализации.
5. Роль и значение тактической подготовки в дисциплинах киокусинкай.
6. Применение методов стандартизации и варьирования действий при совершенствовании техники киокусинкай на спортивно-тренировочном этапе.
7. Специальные методы развития целевой точности атакующих действий ногами в киокусинкай у юных спортсменов занимающихся на этапе начальной спортивной специализации.
8. Содержание и формы воспитательной работы с юными спортсменами в киокусинкай.
9. Двигательная подготовка юношей 14-15 лет в процессе секционных занятий киокусинкай в общеобразовательной школе.

5.2.10. Содержание экзаменационных требований для студентов в 9 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Волевые качества в киокусинкай. Воля к победе.
2. Методика развития волевых качеств.
3. Воспитание решительности, мужественности и смелости.
4. Двигательные представления (идеомоторика) в дисциплинах киокусинкай.
5. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
6. Характер мыслительных задач.
7. Эмоциональные процессы и состояния. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
8. Виды и качественные особенности волевых усилий в дисциплинах киокусинкай. Особенности процессов реагирования.
9. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
10. Ориентирование в соревновательных ситуациях в дисциплинах киокусинкай.
11. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Цукино ката.
12. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Гэкисай Сё.
13. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Сайфа.
14. Интегральная подготовка в Киокусинкай.
15. Характеристика разделов интегральной подготовки в Киокусинкай и их значение для становления мастерства бойца.

16. Ката – основной метод индивидуального совершенствования в киокусинкай.
17. Кумитэ – определение, цели, задачи. Виды кумитэ.
18. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.
19. Тренажеры, специальные устройства и снаряды используемые в каратэ и традиционном киокусинкай.
7. Соревнования и их количество в году. Формы участия в соревнованиях по киокусинкай.
8. Спортивная форма спортсмена киокусинкай. Её развитие и поддержание.
9. Непосредственная предсоревновательная подготовка: время приезда на соревнования, «бегунки», акклиматизация, суточный режим.
10. Соревновательный микроцикл в различных дисциплинах киокусинкай.
11. Практическое выполнение программы подготовки и ее коррекция.
12. Медицинский и педагогический контроль в киокусинкай.

5.2.11. Содержание экзаменационных требований для студентов в 9 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Реализация многолетней подготовки каратистов Киокусинкай через систему спортивных школ различных категорий.
2. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ как общеобразовательных учреждений дополнительного образования.
3. Этапы многолетней подготовки занимающихся в спортивных школах.
4. Задачи спортивных школ на разных этапах подготовки.
5. Динамика соотношения средств и методов тренировки на тренировочном этапе многолетней подготовки.

6. Использование различных средств в процессе многолетней подготовки, изменение их соотношения в различных группах учебно-тренировочного этапа.
7. Организация и методика учебно-тренировочного процесса с юными каратистами Киокусинкай.
8. Начальные этапы подготовки юного каратиста Киокусинкай.
9. Организация учебно-тренировочного процесса с юными каратистами Киокусинкай в учебно-тренировочных группах.
10. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов учебно-тренировочных групп спортивных школ по киокусинкай.
11. Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп совершенствования спортивного мастерства.
12. Составление годового плана подготовки групп совершенствования спортивного мастерства в киокусинкай, с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам.
13. Планирование контрольных заданий и результатов по киокусинкай.
14. Особенности проведения занятий в группах этапа совершенствования спортивного мастерства в спортивных школах по киокусинкай.
15. Разработка модели годового плана проведения занятий в группах этапа совершенствования спортивного мастерства в спортивных школах по киокусинкай.
16. Применение дидактических принципов при обучении киокусинкай.
17. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения киокусинкай от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.
18. Анализ регламентирующей документации в киокусинкай на текущий год.
19. Требования к документам претендента для присвоений судейской категории.

20. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.
21. Подготовка и защита выпускной квалификационной работы.

5.2.12. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Содержание и методика проведения тренировок по Киокусинкай у детей 10-11 лет.
2. Модельно-целевой подход к построению тренировки спортсмена Киокусинкай высокого класса.
3. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в киокусинкай.
4. Совершенствование техники ударов руками при боевом взаимодействии в Киокусинкай на этапе начальной спортивной специализации.
5. Модельные характеристики спортсмена в киокусинкай
6. Обучение дуговому удару ногой на начальном этапе в Киокусинкай.
7. Методики повышения уровня подготовленности спортсменов киокусинкай.
8. Совершенствование техники передвижения при боевом взаимодействии в Киокусинкай.
9. Планирование тренировочных нагрузок в дисциплинах киокусинкай и их взаимовлияние.
10. Средства и методы развития силовых способностей при совершенствовании ударов ногами.
11. Тактическая подготовка в Киокусинкай.
12. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по киокусинкай.
13. Психологическая подготовка в Киокусинкай.
14. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса в киокусинкай на различных этапах многолетней подготовки.

15. Моделирование соревновательного поединка на тренировочном этапе.
16. Тактико-технические особенности ведения соревновательного поединка каратистов Киокусинкай в легкой весовой категории.
17. Тестирование скоростно-силовых возможностей у каратистов Киокусинкай возрастной категории 16-17 лет.
18. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем киокусинкай.
19. Рационализация питания спортсменов занимающихся киокусинкай.
20. Система соревнований как составной части многолетней подготовки в киокусинкай.
21. Модельные характеристики функциональных возможностей спортсменов Киокусинкай различной квалификации.
22. Оптимизация соотношения специализированных тренирующих воздействий и средств общей подготовки у квалифицированных спортсменов Киокусинкай.
23. Система фармакологической поддержки спортсменов киокусинкай в тренировочном процессе и соревнованиях.
24. Совершенствование принципов отбора и критериев формирования национальной сборной команды по Киокусинкай.
25. Эффективность использования дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности в подготовке спортсменов Киокусинкай.
26. Модельные характеристики спортсмена специализирующегося в одной из дисциплин вида спорта киокусинкай.
27. Планирование тренировочных нагрузок в дисциплинах киокусинкай и их взаимовлияние.
28. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем киокусинкай.
29. Инновации в методике обучения дисциплинам киокусинкай.
30. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе киокусинкай.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

а) Основная литература:

1. Степанов С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.;
2. Матвеев Л. П. Общая теория спота и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 543с.
4. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Начальные ката кюкусинкай», 2014г. – 96 с.
5. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые ката кюкусинкай», 2017г. – 84 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ. – М.: Эксмо, 2006. – 256 с.: ил.
7. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256 с.
8. Правила соревнований по Кюкусинкай. Измен. и доп. Принятые АКР 10.09.2014.
9. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» Направление подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 59 с.
10. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 77 с.

б) Дополнительная литература:

1. Артеменко А. Ояма Масутацу. «Смертельная коррида». // «Додзё», 2001, № 8
2. Артемова Э. К. Биохимия. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов институтов физической культуры. – М.: Физкультура и Спорт, 2006, - 72 с., ил.
3. Алабин В. Г., Скрипко А. Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте (справочник). – Минск: Высш. школа, 1979. – 176 с.
4. Ашмарин Б.А., Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. –М.: ФиС, 1978
5. Бахтина Л.Н. Обучение реферированию научного текста. // Л.Н.Бахтина, И.П.Кузьмич, Н.М.Лариохина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 119 с.
6. Блюминг, Йон. От уличного хулигана до десятого дана. М.: ООО «Будо-спорт», 2004. -272 с. Перевод с англ. и яп. языков А. М. Горбылева
7. Васильева Л. Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно-двигательного аппарата человека. Иваново: МИК, 1996.
8. Васильев О. Е. Хореография боевых искусств. // «Додзё», 2004, № 3.
9. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
10. Горбылёв А. М., Артеменко О. Боевое каратэ Оямы Масутацу. // «Додзё», 2000, № 3.
11. Горбылёв А. М. Становление школы Кёкусинкай. // «Додзё», 2000, № 4.
12. Горбылёв А. М. Учителя Оямы Масутацу. Айки дзю-дзюцу и дзюдо. // «Додзё», 2001, № 6.
13. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
14. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
15. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
16. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.

17. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
18. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
19. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
20. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
21. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008.
22. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
23. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 3, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
24. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 4, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
25. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 5, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
26. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 6, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2011.
27. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 7, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2012.
28. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 8, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2013.
29. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 9, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2014.
30. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 10, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2015.
31. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 11, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2016.
32. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.

33. Годик М. А., Озолин Э. С, Шустин Б. Н. О корректности измерительных и вычислительных процедур в спортивно-педагогических исследованиях // «Теория и практика физической культуры», 1973, № 4. - 56 с.
34. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
35. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
36. Демидова А.К. Пособие по русскому языку. Научный стиль речи. Оформление научной работы: Учеб. пособ. - М.: Рус. яз., 2011. - 201 с.
37. Демченко Н.С. Ката как основное средство интегральной подготовки к соревновательной деятельности в киокусинкай студентов не физкультурно-спортивных вузов. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
38. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Становление концепции ката в традиционной японской культуре. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008. с. 12-32.
39. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Ката в традиционных боевых искусствах самураев эпохи Токугава (1603-1867) ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009. - 288 стр.
40. Демченко Н.С., Качан А.Б., Дорофеев А.Г. , КИОКУСИНКАЙ типовая образовательная программа для учреждений дополнительного образования. / Авт.-сост. Н.С.Демченко и др. – Москва, ООО «Принтграфик», 2009. – 112 стр.
41. Демченко Н.С. Характеристика соревновательной деятельности в ката киокусинкай Научно-практическая конференция преподавателей кафедры ТиМ единоборств «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам» Сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.:РГУФКСиТ-2010.-125_с.

42. Демченко Н.С. Формирование субъективной оценки микроинтервалов времени у спортсменов кюкусинкай высокой квалификации для выступления в ката. «совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Материалы кафедральной научной конференции 2015 года. Часть 1. - Составители: проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д., - М.:Принт Центр. – 2015.- 63 с.
43. Демченко Н.С. «Теория и методика избранного вида спорта (кюкусинкай)» для слушателей групп профессиональной переподготовки по профилю основных образовательных программ, обучающихся в ИПКиППК Направление переподготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2017. – 91 с.
44. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (кюкусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 1 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 47 с.
45. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (кюкусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 2 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2016. – 28 с.
46. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (кюкусинкай)» направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 30 с.
47. Демченко Н.С. «Спортивно-педагогическое совершенствование (кюкусинкай)» Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 38 с.
48. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
49. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
50. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
51. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. –

- изд. 6-е / под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 624с., ил.
52. Кузнецов И.Н. Подготовка и оформление рефератов, курсовых и дипломных работ. – Минск: Сэр-Вит, 2010. – 256 с.
53. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. – 208 с.
54. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
55. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
56. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: ФиС, 1991.
57. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
58. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
59. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
60. Маряшин Ю. Е. Критерии оценки оптимальной статики и динамики опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
61. Маряшин Ю. Е. Комплекс упражнений для оптимизации функционального состояния опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
62. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
63. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
64. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
65. Орлов Ю. Л. Терминология и классификация каратэдо. // «Додзё», 2003, № 1, № 4.
66. Орлов Ю. Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката каратэ. // «Додзё», 2001, № 8; 2002, №№ 1, 3, 4.
67. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

- 68.Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
- 69.Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
- 70.Окадзаки Хирото. Обзор ката Сусихо. // «Додзё», 2015, № 2.
- 71.Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
- 72.Ояма М. Путь к истине. – М.: Издательский дом «Кислород», 2001. – 112 с.
- 73.Ояма М. Путь каратэ кёкусинкай. – М.: До-информ, 1992. – 112 с.
- 74.Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
- 75.Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
- 76.Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.
- 77.Рояма Хацуо. Путь мастера Кёкусин. // «Додзё», 2002, № 6.
- 78.Русский язык и культура речи. Учебник / Под ред. В.И.Максимова. – М.: Гардарики, 2002. – 413 с.
- 79.Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.
- 80.Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил.
- 81.Соловьев О.В., Новиков С.В. Клубы единоборств как современная форма духовного и спортивного воспитания подрастающего поколения. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
- 82.Тюрин А.А. Методика планирования и организация спортивной тренировки каратиста по кюкусинкай. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым

- искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
- 83.Танюшкин А. И., Фомин В. П., Слуцкер В.И. Технические нормативы кёкусин ИФК. Выпуски 1 – 3. М.: издательство «Орбита», 2006-2007.
- 84.Танюшкин А. И., Фомин В. П. Самозащита в системе будо-каратэ и система самозащиты на базе Кёкусинкай. // «Додзё», 2003, № 3.
- 85.Танюшкин А. И. «Мокуси ямэ!». – М.: издательство «Русь», 1997. – 190 с.
- 86.Тваладзе Г. М. Анатомический анализ движений человеческого тела. М.: Медицина, 1964.
- 87.Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1978. -206 с.
- 88.Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
- 89.Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
- 90.Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 4. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
- 91.Фомин В. П. Медитация на тему «Сантин». // «Додзё», 2001, № 6
- 92.Фомин В. П. Ката Кёкусинкай – формула будо (путевые заметки с прологом и эпилогом). // «ДОДЗЁ», 2002, №№ 4-5.
- 93.Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
- 94.Фомин В. П. В додзё Оямы Масутацу (1961-1965). Интервью с ханси Стивом Арнейлом. // «Додзё», 2001, № 6.
- 95.Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
- 96.Черный В. Г. Спорт без травм. М.: Физкультура и спорт, 1988.

97. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
98. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
99. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
100. Шинков С. О. Особенности подготовки спортсменов высшей квалификации. // «Додзё», 2002, № 3.
101. Шестакова В.Б., Теория и практика дзюдо: учебник для ВПО – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.
102. Щитов В. Бокс для начинающих. –М.:Фаир-ПРЕСС, 2001.
103. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

sportlib@umail.ru

Электронный адрес отраслевой библиотеки РГУФКСМиТ

www.rsbi.akr.ru Электронный адрес аккредитованной по виду спорта киокусинкай Ассоциации киокусинкай России (АКР)

www.kyokushinkan.ru Электронный адрес Федерации кёкусин-кан каратэ-до России, представляющей группу дисциплин кёкусинкан.

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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</i> <i>-Microsoft Excel</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,</i> <i>Редактор табличный,</i>

	-Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.
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:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BDK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

7.4. Спортивный инвентарь

7.4.1. Набивные спортивные мешки.

7.4.2. Набивные спортивные подушки (макивары).

7.4.3. Традиционное оружие дзё. (*палка длиной 130 см и диаметром 2 см*).

7.4.4. Традиционное тренировочное оружие бокэн (деревянная имитация катаны).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по темам: 1. Кيوкусинкай как школа каратэ 2. Становление школы Кيوкусинкай	2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Значение тренера в воспитании и тренировочном процессе в кюкусинкай 2. Кюкусинкай как школа каратэ 3. Становление школы Кюкусинкай 4. Развитие кюкусинкай как вида спорта 5. История кюкусинкай в СССР 6. Современное состояние кюкусинкай в России и в Мире	2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Терминология традиционной базовой и спортивной техники кюкусинкай 2. Классификация традиционной базовой и спортивной техники кюкусинкай 3. Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку	2 2 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Место Кюкусинкай в государственной системе физического воспитания населения России. 2. Значение Кюкусинкай для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах и других силовых структурах России. 3. Модель специалиста по профилю «тренер-преподаватель по Кюкусинкай». 4. Характеристика Кюкусинкай как вида спорта и средства физического воспитания. 5. Возникновение, этапы развития и основные особенности	3 5 5 3

	каратэ как системы рукопашного боя без оружия, средства физического воспитания и вида спорта. 6. Специфика Киокусинкай как школы каратэ. 7. Причины травматизма на занятиях и соревнованиях по Киокусинкай	
6	Зачет (рубежный контроль)	15
7	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 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	Тестирование знаний по темам: 1. Терминология и классификация кюкусинкай 2. Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку	2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Безопасность и профилактика травматизма на занятиях Кюкусинкай, методы оказания первой доврачебной помощи, укрепление здоровья занимающихся Кюкусинкай, их личная и общественная гигиена. 2. Этикет Кюкусинкай 3. Терминология традиционной базовой и спортивной техники кюкусинкай 4. Классификация традиционной базовой и спортивной техники кюкусинкай	2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Классификация традиционной базовой техники кюкусинкай. 2. Классификация спортивного раздела кюкусинкай. 3. Терминология кюкусинкай. Требования, предъявляемые к терминам. Общие, основные и дополнительные термины. 4. Продемонстрировать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ити.	2 2 2 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Причины травматизма на занятиях и соревнованиях по Кюкусинкай. 2. Обеспечение режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. 3. Личная и общественная гигиена занимающихся Кюкусинкай. 4. Абсолютные и весовые чемпионаты Японии, мира и Европы по кумитэ среди мужчин. 5. Развитие женского спортивного Кюкусинкай в мире.	5 5 5 5 5

	6. Развитие детского спортивного Кёкусинкай в мире.	5
	7. Чемпионаты Японии, мира и Европы по ката.	5
	8. Первенства Японии, мира и Европы по кумитэ.	5
	9. Развитие Киокусинкай после смерти Оямы Масутацу в мире.	5
	10. Правила поведения в додзё, на соревнованиях и в повседневной жизни.	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	20
7	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Базовая техника кюкусинкай 2. Организация, проведение и судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай.	2 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Организация и проведение соревнований по тамэсивари 2. Судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Организация соревнований по тамэсивари. 2. Виды соревнований по тамэсивари и способы их проведения. 3. Составление положения о соревнованиях. 4. Критерии выбора места для проведения соревнований по тамэсивари и составление технического задания. 5. Составление программы проведения соревнований по тамэсивари. 6. Подготовка документации для проведения соревнований по тамэсивари. 7. Особенности проведения тамэсивари в соревнованиях по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях. 8. Особенности проведения соревнований по тамэсивари в различных Международных организациях. 9. Правила судейства соревнований по тамэсивари. 10. Судейская коллегия и организаторы соревнований по тамэсивари. Их права и обязанности.	2 2 2 2 2 2 2 2 2 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Физиологические механизмы двигательных реакций. 2. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Технология наблюдения за противником	5 5

	(МЭЦУКЭ). 3. Методы дыхания в Киокусинкай (КОКЮХО). 4. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления (ДЗЮГОДЗЮХО). 5. Влияние классификации спортивной техники Киокусинкай на методику обучения и тренировки. 6. Виды боевых дистанций в киокусинкай. Чувство дистанции (МАОИ КАН) и его развитие.	5 5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Базовые индивидуальные комплексы Пинъан	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Традиционные требования к тренировочному процессу в кюкусинкай 2. Средства, методы и условия тренировки в традиционном кюкусинкай 3. Связь традиций и спорта в кюкусинкай 4. Базовые индивидуальные комплексы Пинъан	3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Подготовка годовой работы по заранее выбранной и утвержденной теме. 2. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ити 3. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ни 4. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно сан 5. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ён 6. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно го 7. 10 базовых кихон-бункай к Пинъанам 8. Методы укрепления ударных частей рук и ног в кюкусинкай. 9. Методы и методики набивки ударных частей рук и ног.	3 3 3 3 3 3 5 3 3
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Классификация спортивной техники Кюкусинкай. 2. Влияние классификации спортивной техники Кюкусинкай на методику обучения и тренировки. 3. Виды боевых дистанций в кюкусинкай. Чувство дистанции	3 3 3

	(МАОИ КАН) и его развитие.	
	4. Тело человека как биомеханическая система. Кинематические характеристики приемов Киокусинкай.	3
	5. Динамические характеристики приемов Киокусинкай.	3
	6. Эволюция правил соревнований по кумитэ киокусинкай	3
6	Сдача экзамена (рубежный 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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Традиционные и современные методы развития физических качеств в кюкусинкай 2. Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ кюкусинкай	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Роль общей физической подготовки в занятиях кюкусинкай 2. Гибкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 3. Ловкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 4. Специальная физическая подготовки в кюкусинкай 5. Сила, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 6. Выносливость и традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 7. Быстрота, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай	3 5 5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Подбор упражнений ОФП для различных этапов подготовки. 2. Роль общей физической подготовки в занятиях кюкусинкай. 3. Специальная физическая подготовки в кюкусинкай. 4. Гибкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай. 5. Ловкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай. 6. Сила, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай. 7. Выносливость и традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай .	3 3 3 5 5 5 5

	8. Быстрота, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.	5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Роль физической подготовки в занятиях Киокусинкай. 2. Гибкость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 3. Быстрота, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 4. Ловкость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 5. Сила, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 6. Выносливость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай.	5 5 5 5 5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Техническая подготовка в кюкусинкай 2. Усложненные базовые ката кюкусинкай	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Организация и проведение соревнований по кумитэ 2. Судейство соревнований по кумитэ	5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Основные средства подготовки в традиционном кюкусинкай. 2. Техническая подготовка в кюкусинкай. 3. Обучение технике кюкусинкай и ее совершенствование. 4. Характеристика спортивного и традиционного разделов деятельности в кюкусинкай. 5. Написание годовой программы ознакомительного уровня по кюкусинкай по требованиям предъявляемым к программам физкультурной направленности системой дополнительного образования. 6. Методы, используемые в обучении и совершенствовании спортивной технике. 7. Выбор стратегии и тактики в дисциплинах кюкусинкай. Применение различных тактических моделей в различных дисциплинах кюкусинкай.	5 5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Виды соревнований по кумитэ и способы их проведения. 2. Особенности проведения соревнований по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях в различных группах дисциплин. 3. Особенности судейской терминологии и жестов при проведении соревнований по кумитэ в различных группах	3 3

	дисциплин.	3
	4. Особенности построения тренировочного процесса в системе дополнительного образования.	3
	5. Технический арсенал спортсмена в киокусинкай и закономерности его формирования.	5
	6. Общая характеристика тактики Киокусинкай и ее значение для становления мастерства бойца.	5
	7. Контроль в киокусинкай — сущность, разновидности, принципы.	5
	8. Взаимосвязь техники и тактики в киокусинкай.	5
	9. Теоретическая подготовка в киокусинкай.	5
6	Сдача экзамена (рубежный 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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ кйокусинкай	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Средства, методы и условия организации занятий по кйокусинкай в системе дополнительного образования. 2. Техническая подготовка в кйокусинкай. 3. Понятия стратегии и тактики в кйокусинкай. Цели и задачи тактической подготовки в кйокусинкай.	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Санчин. 2. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Цукино 3. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Гэкисай дай 4. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Гэкисай Сё 5. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Найфанчи 6. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Сайфа 7. Судейство соревнований по ката.	5 5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Входное тестирование. Возраст новичков, содержание тестов и измерения во время входного контроля. 2. Цель, задачи, объекты, предмет и разновидности тренировочного контроля в кйокусинкай. 3. Специфика, частота, локализация причины, профилактика заболеваний спортсменов в кйокусинкай	3 3

	избранной специализации (различного пола, возраста, квалификации и весовых категорий).	3
	4. Самоконтроль в киокусинкай (общая характеристика).	3
	5. Анализ правил соревнований по ката в различных группах дисциплин вида спорта киокусинкай.	5
	6. Организация соревнований по ката киокусинкай.	5
	7. Психологический контроль в киокусинкай (общая характеристика).	5
	8. Методы индивидуального подхода к психологической подготовке в предсоревновательный период и в процессе соревнования.	5
	9. Психологическая подготовка в предсоревновательном периоде подготовки спортсмена в ката киокусинкай.	5
	10. Психологическая подготовка в предсоревновательном периоде подготовки спортсмена в кумитэ киокусинкай.	5
	11. Психологическая подготовка бойца непосредственно в день выступления.	5
6	Сдача экзамена (рубежный 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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Усложненные ката произвольной программы кюкусинкай	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Специальная психологическая подготовка в кюкусинкай 2. Организация и проведение соревнований по ката кюкусинкай 3. Судейство соревнований по ката кюкусинкай	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление упражнений для идеомоторной тренировки для спортсменов различного уровня. 2. Разработка микроциклов для спортсменов кюкусинкай для различных этапов спортивной тренировки. 3. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды по кумитэ (ката) 4. Практическое выполнение программ спортивной подготовки и их коррекция 5. Организация номера для показательных выступлений. 6. Выполнить и терминологически описать усложненное ката произвольной программы кюкусинкай (на выбор). 7. Написание и защита курсовой работы.	5 5 5 5 5 5 10
5	Написание рефератов на темы: 1. Психологическое тестирование спортсмена в день соревнований. Методы сохранения боевого духа. 2. Роль и значение психической подготовки в различных дисциплинах кюкусинкай. 3. Организация и проведение учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки. 4. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки.	5 5 5 5

	5. Тренировочные нагрузки и особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по киокусинкай в группах начальной подготовки.	5
	6. Воспитание морально-волевых качеств в киокусинкай.	5
	7. Особенности проведения соревнований по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях в различных группах дисциплин.	5
	8. Сравнительный анализ правил соревнований KWU и АКР	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Управление спортивной подготовкой в кюкусинкай	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Основы управления подготовкой спортсменов занимающихся современным пятиборьем 2. Прогнозирование спортивных результатов и его значение в современном пятиборье 3. Содержание и направленность тренировочного процесса на этапе спортивного совершенствования. 4. Значение моделирования спортивной деятельности и его особенности в современном пятиборье.	5 5 5 5
4	Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы: 1. Общие понятия психической подготовки в кюкусинкай 2. Воспитание морально-волевых качеств в кюкусинкай 3. Основные средства и условия для спортивной подготовки в кюкусинкай 4. Средства и условия для восстановления спортсменов в кюкусинкай 5. Подготовленность спортсмена в кюкусинкай 6. Принципы, общие правила и положения реализации спортивной подготовки в кюкусинкай 7. Организация спортивно массовых мероприятий по кюкусинкай	5 5 5 5 5 5 5
5	Написание рефератов на темы: 1. Маятниковые мезоциклы подготовки: варианты, этапы, их продолжительность, цели, задачи, средства, методы и формы организации в кюкусинкай. 2. Тренировочный макроцикл: варианты продолжительности, структуры, направленности подготовки.	3 3

	3. Отбор кандидатов в сборную команду по избранной дисциплине киокусинкай (разновидности, принципы, условия, критерии спортивного мастерства).	3
	4. Анализ переводных тестов в Типовой программе спортивной подготовки по киокусинкай и Стандарте по виду спорта киокусинкай.	3
	5. Алгоритм профессионально-педагогической деятельности тренера по киокусинкай.	3
	6. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности применения в различных дисциплинах киокусинкай.	3
	7. Интегральная подготовка в киокусинкай (на примере выбранной дисциплины).	3
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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	Тестирование знаний по модулям: 1. Регламентирующая документация по виду спорта кюкусинкай	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Интегральная подготовка в кюкусинкай 2. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов в кюкусинкай 3. Спортивная подготовка в кюкусинкай 4. Основные средства контроля и учета в кюкусинкай 5. Регламентирующая документация по виду спорта кюкусинкай	5 5 5 5 5
4	Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов: 1. Составление единого календарного плана по федерации 2. Внесение предложений на внесение изменений в Всероссийский реестр видов спорта (ВРВС) 3. Анализ действующей единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК) 4. Выполнить анализ действующих регламентов по группам дисциплин кюкусинкай. 5. Разработать, продемонстрировать и объяснить технику выполнения кихон бункаев к ключевым моментам Гэкисай дай. 6. Разработать, продемонстрировать и объяснить технику выполнения якусоку тансики иппон кумитэ – 5 зачетных форм. 7. Разработать, продемонстрировать и объяснить технику выполнения якусоку фукусики иппон кумитэ – 5 зачетных форм.	5 5 5 5 5 5 5

	8. Разработать, продемонстрировать и объяснить технику выполнения кихон дзю иппон кумитэ – 5 зачетных форм.	5
	9. Написание статьи по теме исследовательской работы.	5
5	Написание рефератов на темы: 1. Обеспечение условий, для эффективной тренировки спортсмена в киокусинкай. 2. Медицинское и педагогическое обследование спортсменов в киокусинкай. 3. Составление общих и индивидуальных планов и программ подготовки в киокусинкай (специализация на выбор). 4. Этап непосредственной предсоревновательной подготовки в киокусинкай. 5. Анализ регламентирующей документации в киокусинкай на текущий год. 6. Разработка годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.	3 3 3 3 3 3
6	Сдача экзамена (рубежный 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 зачету.

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 методика фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

(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 47 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый 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..

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– 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 использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

– способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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)
- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				форма промежуточной аттестации и (по семестрам)
			Л	П	СР С	Экза	
1	«Введение в курс специализации кюкусинкай»	1	2	4	60		
2	«История кюкусинкай»	1		4	60		
3	«Новейшая история развития кюкусинкай»	1		4	63		
4	«Основы безопасности, этикета и гигиены в кюкусинкай»	2	2	4	24		Экзамен
5	«Терминология и классификация кюкусинкай»	2		4	24		
6	«Основы техники разбивания твердых предметов»	2		4	26		
7	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»	2			27	9	
8	«Основы техники работы с оружием»	3	2	8	8		
9	«Основы техники традиционного и спортивного кюкусинкай»	3	4	14	18		
10	«Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку»	3	4	16	16		
11	«Организация, проведение и судейство соревнований по тамэсивари»	4	4	18	14		Экзамен
12	«Средства, методы и условия тренировки в традиционном кюкусинкай»	4	4	18	14		
13	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»	4			27	9	
14	«УНИРС в ВУЗах. Подготовка годовой работы»	5	6	18	12		
15	«Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ»	5	4	20	12		
16	«Связь традиций и спорта в кюкусинкай»	5	4	18	14		
17	«Базовые индивидуальные комплексы Пинъан»	5	4	18	14		
18	«Общая физическая подготовка в кюкусинкай»	6	4	12	20		Экзамен

19	«Специальная физическая подготовка в киокусинкай»	6	2	12	22		
20	«Традиционные и современные методы развития и совершенствования физических качеств в киокусинкай»	6	4	28	4		
21	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27	9	
22	«УНИРС в ВУЗах. Подготовка курсовой работы»	6	4	16	16		
23	«Средства, методы и условия организации спортивных занятий по киокусинкай в системе дополнительного образования»	7	4	14	18		
24	«Виды подготовки в киокусинкай»	7	8	16	12		
25	«Техническая подготовка в киокусинкай»	7	4	14	18		
26	«Базовые ката обязательной программы киокусинкай»	7	4	14	18		
27	«Специальная психологическая подготовка в киокусинкай»	8	4	12	20		Экзамен
28	«Организация, проведение и судейство соревнований по ката»	8	6	16	14		
29	«Подготовка и защита курсовой работы»	8		8	28		
30	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»	8			27	9	
31	«Воспитание моральных и волевых качеств в киокусинкай»	9	4	14	2/ 16		Зачет
32	«Усложненные ката произвольной программы киокусинкай»	9	4	14	2/ 16		
33	«Организация учебно-тренировочный процесс по киокусинкай в системе ДЮСШ»	9	4	14	2/ 16		
34	«Организация спортивно-массовых мероприятий по киокусинкай»	9	2	16	2/ 16		
35	«Профессионально-педагогическая деятельность тренера по киокусинкай»	9	4	14	2/ 16		
36	«Интегральная подготовка в киокусинкай»	10	2	8	8		Экзамен
37	«Управление спортивной подготовкой в киокусинкай»	10	6	12	18		
38	«Регламентирующая документация по виду спорта киокусинкай»	10	4	12	20		
39	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	10		8	28		
40	«Семестровый экзамен для студентов пятого курса»	10			27	9	
Всего за курс: 1692 часа			60	160	1427	45	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

**Кафедра теории и методика фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

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
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(наименование)
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного
пятиборья, восточных боевых искусств
(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:

Демченко Наталья Сергеевна, доцент кафедры ТИМ фехтования,
современного пятиборья, восточных боевых искусств

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)**» – обеспечить освоение 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. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» 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 кюкусинкай.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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 киокусинкай 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
ОПК-3	<i>Знать:</i> – принципы и методы обучения в кумитэ, ката, тамэсивари; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требований стандартов спортивной подготовки в киокусинкай к проведению занятий с данным контингентом.	4		
	<i>Уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по киокусинкай.			
	<i>Знать:</i> – основы теории и методики физической культуры и спорта;	6		

	<ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения основам кобудо; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки в киокусинкай; <p>требования стандартов спортивной подготовки в киокусинкай к проведению занятий с данным контингентом.</p>			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся; <p>требования стандартов спортивной подготовки в киокусинкай.</p>	7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в киокусинкай с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
ОПК-6	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами киокусинкай; <p>принципов построения занятий по киокусинкай оздоровительной направленности</p>	1		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе 	8		

	<p>подготовки спортсменов в киокусинкай; – особенности протекания восстановления при занятиях различными дисциплинами киокусинкай.</p> <p><i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок киокусинкай; использовать восстановительные средства, при повышенных тренировочных нагрузках в киокусинкай.</p> <p><i>Владеть:</i> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе в киокусинкай</p>			
ОПК-8	<p><i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по киокусинкай; – судейскую терминологию при проведении соревнований по различным группам дисциплин киокусинкай; – основные требования к оборудованию и личному инвентарю участников соревнований.</p>	1		
	<p><i>Знать:</i> – правила соревнований по различным группам дисциплин киокусинкай; – документы планирования и проведения соревнований; – особенности организации и проведения соревнований различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнования; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований</p> <p><i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований</p>	3		
ОПК-11	<p><i>Знать:</i> – основы научно-методической деятельности в киокусинкай; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности</p>	2		

	различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта.			
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	1		
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований	4		
	<i>Уметь:</i> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности	6		
	<i>Уметь:</i> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы	8		
	<i>Владеть:</i> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.			
ПК-8	<i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – этикет, санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1		
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по киокусинкай знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать правила этикета и санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую			

	<p>деятельность в киокусинкай с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;</p> <p>– современными технологиями тренировки в киокусинкай;</p> <p>умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.</p>			
ПК-9	<p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику двигательной деятельности в киокусинкай</p>	4		
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>	5		
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– формирования мотивации к занятиям киокусинкай</p>	8		
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям в киокусинкай</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– умением формировать мотивацию к занятиям в различных дисциплинах киокусинкай</p>			
ПК-10	<p><i>Знать:</i></p> <p>– теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <p>– методики отбора и спортивной ориентации в киокусинкай;</p> <p>– современные методики по определению антропометрических, физических и психических</p>	6		

	особенностей обучающихся.			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; – определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; – анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; <p>использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в киокусинкай.</p>			
ПК-11	<p><i>Знать:</i></p> <p>теоретические основы программирования процесса обучения в киокусинкай</p>	3		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять обучающие программы по дисциплинам киокусинкай 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по дисциплинам киокусинкай в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки 	6		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по различным дисциплинам киокусинкай в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства 	7		
ПК-13	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание и организацию педагогического контроля в киокусинкай; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена 	7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальными для современного пятиборья технологиями управления состоянием человека, 			

	включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в киокусинкай; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в киокусинкай	5		
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия			
ПК-15	<i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности			
ПК-26	<i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки	1		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.		4	

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 			
ПК-28	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ 	2		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в киокусинкай с использованием апробированных методик 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в киокусинкай 			
ПК-30	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методологии исследовательской деятельности в киокусинкай 	4		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся. 	6		
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности 	8		

4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 47 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 712 часов, самостоятельная работа студентов – 944 часов.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Экзамен	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра); форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	П	СРС	С		
I курс	Всего:306 часов (8,5 зачетных единиц)	1	18	72	216			
1.1	Модуль 1(1, 75 зачетных единиц, 63 часа) «Введение в курс специализации кюкусинкай»	1	6	12	18		Семинар Письменный опрос	
1.2	Модуль 2 (1 кредит, 36 часов) «История кюкусинкай»	1	2	14	20		Семинар Тестирование	
1.3	Модуль 3 (1 кредит, 36 часов) «Новейшая история развития кюкусинкай»	1	2	16	18		Фронтальный письменный опрос Семинар	
1.4	Модуль 4(1 кредит, 36 часов) «Основы безопасности, этикета и гигиены в кюкусинкай»	1	2	14	20		Реферат Семинар	

1.5	Модуль 5 (1 кредит, 36 часов) «Терминология и классификация киокусинкай»	1	2	10	22		Семинар Тестирование
-----	---	---	---	----	----	--	-------------------------

I курс	Всего:324 часов (9 зачетных единиц)	2	18	72	225	9	Экзамен
1.6	Модуль 6 (1 кредит – 36 часов) «Основы техники разбивания твердых предметов и основы техники работы с оружием»	2	2	8	8		Учебная практика
1.7	Модуль 7 (1 кредит, 36 часов) «Основы техники традиционного и спортивного киокусинкай»	2	4	14	18		Семинар тестирование
1.8	Модуль 8 (1 кредит – 36 часов) «Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку»	2	4	16	16		Письменный опрос Учебная практика Тестирование
1.9	Модуль 9 (1 кредит – 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по тамэсивари»	2	4	18	14		Письменный опрос Учебная практика Тестирование
1.10	Модуль 0 (1 кредит – 36 часов) «Основы техники работы с оружием»	2	2	8	8		Учебная практика
1.11	Модуль 11 (1 кредит – 36 часов) «Задачи и организация НИР и УИРС по киокусинкай»	2	4	16	16		Фронтальный устный опрос

1.12	Модуль 12 (1 кредит – 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов первого курса»	2			27	9	Экзамен
Всего за I курс: 630 часов (17,5 зачетных единиц)		36	144	441	9		

II курс	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	3	18	72	81		
2.1	Модуль 13 (1 кредит – 36 часов) «Средства, методы и условия тренировки в традиционном киокусинкай»	3	4	18	14		Семинар
2.2	Модуль 14 (1 кредит – 36 часов) «Связь традиций и спорта в кюкусинкай»	3	4	18	14		Фронтальный письменный опрос
2.3	Модуль 15 (1 кредит - 36 часов) «Базовые индивидуальные комплексы Пинъан»	3	4	18	14		Фронтальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
2.4	Модуль 16 (1 кредит – 36 часов) «УНИРС в ВУЗах. Подготовка годовой работы»	3	6	18	12		Индивидуальн ый письменный опрос
II курс	Всего:171 час (4,75 зачетных единиц)	4	14	72	76	9	Экзамен
2.5	Модуль 17 (1 кредит - 36 часов) «Общая физическая подготовка в киокусинкай»		4	12	20		Фронтальный практический опрос
2.6	Модуль 18 (1 кредит - 36 часов) «Специальная физическая подготовка в киокусинкай»		2	12	22		Фронтальный практический опрос
2.7	Модуль 19		4	28	4		Семинар

	(1 кредит - 36 часов) «Традиционные и современные методы развития и совершенствования физических качеств в киокусинкай»						Выборочный устный опрос тестирование
2.8	Модуль 20 (1 кредит - 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ»		4	20	12		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика Тестирование
2.9	Модуль 21 (1 кредит - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	Экзамен
Всего за II курс: 342 часа (9,5 зачетных единиц)			32	144	157	9	
III курс	Всего:135 часов (3,75 зачетных единиц)	5	18	70	47		
3.1	Модуль 22 (1 кредит – 36 часов) «Средства, методы и условия организации спортивных занятий по киокусинкай в системе дополнительного образования»	5	4	14	18		Семинар Выборочный устный опрос
3.2	Модуль 23 (1 кредит – 36 часов) «Виды подготовки в киокусинкай»	5	8	16	12		Семинар Реферат
3.3	Модуль 24 (1 кредит – 36 часов) «Техническая подготовка в киокусинкай»	5	4	14	18		Фронтальный практический опрос
3.4	Модуль 25 (1 кредит – 36 часов)	5	4	16	16		Индивидуальный

	«УНИРС в ВУЗах. Подготовка курсовой работы»						письменный опрос
III курс	Всего:180 часа (5 зачетных единиц)	6	18	70	83	9	Экзамен
3.5	Модуль 26 (1 кредит – 36 часов) «Усложненные базовые ката киокусинкай»	6	4	14	18		Индивидуальны й письменный опрос Учебная практика Тестирование
3.6	Модуль 27 (1 кредит - 36 часов) «Специальная психологическая подготовка в киокусинкай»	6	4	12	20		Семинар
3.7	Модуль 28 (1 кредит - 36 часов) «Организация, проведение и судейство соревнований по ката»	6	6	16	14		Фронтальный практический опрос Тестирование
3.8	Модуль 29 (0.5 кредита – 18 часов) «Базовые ката обязательной программы киокусинкай»	6	2	14	20		Индивидуальны й письменный опрос Учебная практика Тестирование
3.9	Модуль 30 (1 кредит - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов третьего курса»	6			27	9	Экзамен
Всего за III курс: 315 часов (8,75 зачетных единиц)			36	140	130	9	
IV курс	Всего:198 часов (5,5 зачетных единиц)	7	18	72	108		
4.1	Модуль 31 (1 кредит – 36 часов) «Воспитание моральных и волевых качеств в киокусинкай»	7	4	14	2/1 6		Семинар
4.2	Модуль 32 (0,5 кредит – 18 часов)	7	4	14	2/1 6		Индивидуальны й письменный

	«Усложненные ката произвольной программы киокусинкай»						опрос Учебная практика Тестирование
4.3	Модуль 32 (1 кредит – 36 часов) «Организация учебно-тренировочный процесс по киокусинкай в системе ДЮСШ»	7	4	14	2/1 6		Фронтальный практический опрос Тестирование
4.4	Модуль 33 (1 кредит – 36 часов) «Организация спортивно-массовых мероприятий по киокусинкай»	7	2	16	2/1 6		Индивидуальный письменный опрос Учебная практика
4.5	Модуль 34 (1 кредит - 36 часов) «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по киокусинкай»	7	4	14	2/1 6		Семинар
IV курс	Всего:207 часов (5,75 зачетных единиц)	8	18	72	108	9	Экзамен
4.5	Модуль 34 (1 кредит - 36 часов) «Интегральная подготовка в киокусинкай»	8	2	8	8		Семинар
4.6	Модуль 35 (1 кредит – 36 часов) «Соревнования по дисциплинам киокусинкай, непосредственная подготовка и участие в них»	8	6	10	20		Семинар
4.7	Модуль 36 (1 кредит – 36 часов) «Управление спортивной подготовкой в киокусинкай»	8	6	12	18		Фронтальный письменный опрос
4.8	Модуль 37 (1 кредит – 36 часов)	8	4	12	20		Выборочный письменный

	«Регламентирующая документация по виду спорта киокусинкай»						
4.9	Модуль 38 (1 кредит - 36 часов) «Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	8		16	20		Фронтальный устный опрос
4.10	Модуль 39 (1 кредит - 36 часов) «Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	Экзамен
Всего за IV курс: 405 часов (11,25 зачетных единиц)		36	144	216	9		
Всего за курс: 1692 часа		140	524	944	36		

Один семестровый экзамен выражается 1 зачётной единицей 3 дня подготовки и 1 день на экзамен.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

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 зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Опишите модель специалиста по профилю «тренер-преподаватель по Кюкусинкай».
2. История возникновения и формирования Кёкусинкай-кан.
3. Укажите основные даты формирования кюкусинкай как вида спорта.
4. Развитие икокусинкай в СССР и России.
5. Значение этикета в тренировочном процессе.
6. Техника безопасности проведения занятий по кюкусинкай.
7. Личная гигиена спортсменов кюкусинкай.
8. Методы используемые при обучении технике разбивания твердых предметов (тамэсивари).
9. Классификация традиционной базовой техники кюкусинкай.
10. Классификация спортивного раздела кюкусинкай.
11. Терминология кюкусинкай. Требования, предъявляемые к терминам. Общие, основные и дополнительные термины.

12. Традиционная базовая техника киокусинкай.
13. Классификация традиционной базовой техники Киокусинкай.
14. Влияние классификации техники Киокусинкай на методику обучения и тренировки.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в 2 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Бодзюцу. Цели, задачи. Объяснить основные требования к технике выполнения бодзюцу.
2. Дзёзюцу. Цели, задачи. Объяснить основные требования к технике выполнения дзёзюцу.
3. Тонфадзюцу. Цели, задачи. Продемонстрировать и объяснить основные требования к технике выполнения тонфадзюцу.
4. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ити.
5. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ни.
6. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-сан.
7. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-ён.
8. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Тайкёку сонно-го.
9. Виды соревнований по тамэсивари и их организация.
10. Виды соревнований по тамэсивари и способы их проведения.
11. Составление положения о соревнованиях по тамэсивари.
12. Критерии выбора места для проведения соревнований по тамэсивари и составление технического задания.
13. Составление программы проведения соревнований по тамэсивари.

14. Подготовка документации для проведения соревнований по тамэсивари.
15. Особенности проведения тамэсивари в соревнованиях по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях.
16. Особенности проведения соревнований по тамэсивари в различных Международных организациях.
17. Правила судейства соревнований по тамэсивари.
18. Судейская коллегия и организаторы соревнований по тамэсивари. Их права и обязанности.
19. Объяснить особенности техники выполнения Сакуги тайкёку (на выбор).
20. Объяснить особенности техники выполнения Ура тайкёку (на выбор).
21. Методы укрепления ударных частей рук и ног в киокусинкай.
22. Методы и методики набивки ударных частей рук и ног.
23. Топография человеческого тела и жизненно-важные центры и болевые точки человеческого тела.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов во 3 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Основные средства, методы и условия подготовки в традиционном киокусинкай.
2. Характеристика спортивного и традиционного разделов деятельности в киокусинкай.
3. Связь традиций и спорта в современном киокусинкай.
4. Продемонстрировать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ити.
5. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-ити.
6. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ни.

7. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-ён.
8. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-ни и Пинъан сонно-ён.
9. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-сан.
10. Терминологически описать и объяснить технику выполнения Пинъан сонно-го.
11. Терминологически описать и объяснить технику выполнения обязательных кихон бункаев Пинъан сонно-са и Пинъан сонно-го.
12. Что такое базовые индивидуальные комплексы в киокусинкай? Их цели и задачи.
13. Традиционные квалификационные экзамены и их связь с базовыми индивидуальными комплексами в различных международных организациях.
14. Варианты выполнения базовых индивидуальных комплексов в различных группах дисциплин.
15. Методики и методы тренировки базовых индивидуальных комплексов в киокусинкай.

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в 4 семестре обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Роль общей физической подготовки в занятиях киокусинкай. Подбор упражнений ОФП для различных этапов подготовки.
2. Специальная физическая подготовки в киокусинкай. Подбор примеров упражнений СФП для различных этапов подготовки.
3. Гибкость, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.

4. Общая характеристика основных физических качеств: силы, быстроты (скорости), выносливости, гибкости и ловкости (координационных способностей).
5. Сила, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
6. Выносливость и традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
7. Быстрота, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
8. Ловкость, традиционные и современные методы её развития в киокусинкай.
9. Применение игрового метода в тренировочном процессе в киокусинкай.
10. Энергетическое обеспечение выносливости.
11. Проявление быстроты в дисциплинах киокусинкай.
12. Факторы, определяющие гибкость.
13. Положение для соревнований по кумитэ по любой из групп дисциплин.
14. Составление программы и сценария проведения всероссийского соревнования по кумитэ.
15. Составление графика подготовки к проведению городских соревнований с различным контингентом и количеством участников.
16. Виды соревнований по ката и способы их проведения.
17. Критерии выбора места для проведения соревнований. Техническое задание.
18. Подготовка документации для проведения соревнований.
19. Оборудование мест соревнований.
20. Подбор и приглашение судей.
21. Основные положения отчета о соревнованиях.
22. Возраст участников и условия их допуска к соревнованиям. Категории участников. Права и обязанности участников соревнований, тренеров и представителей.
23. Судейская коллегия. Её права и обязанности. Формирование судейских бригад.

24. Медицинское обслуживание соревнований.
25. Различия правил соревнований по кумитэ спортивных дисциплин по виду спорта Киокусинкай. Общие положения. Регламент.
26. Судейская терминология и жесты в соревнованиях по кумитэ.
27. Подготовка годовой работы по заранее выбранной и утвержденной теме.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в 5 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. На какие этапы делится тренировочный процесс в системе дополнительного образования в киокусинкай?
2. Цели и задачи ознакомительного периода подготовки в киокусикай.
3. Цели и задачи базового этапа подготовки в киокусинкай.
4. Цели и задачи этапа углубленного этапа подготовки в киокусинкай.
5. Предмет и задачи обучения киокусинкай.
6. Организационные основы методических объединений со спортивным клоном.
7. Основные формы учебно-тренировочного процесса.
8. Особенности составления программ по киокусинкай для различных этапов.
9. Характеристика основных документов, регламентирующих работу объединений: программы, годовых планов и графиков учебно-тренировочного процесса, поурочных планов по киокусинкай на этапы и периоды годичного тренировочного цикла; расписания занятий; конспектов занятий; календарного плана соревнований и сборов; документов учета и контроля, итогового годового отчета.
10. Содержание и формы воспитательной работы с юными киокусинкайцами.
11. Виды спортивной подготовки в киокусинкай. Их определения, цели и задачи.

12. Понятие о технической подготовке. Роль и значение технической подготовки в видах киокусинкай. Связь технической подготовкой с другими сторонами подготовки: тактической, физической и психологической.
13. Обучение технике киокусинкай и ее совершенствование.
14. Общая характеристика техники Киокусинкай и ее значение для становления мастерства бойца.
15. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.
16. Технический арсенал спортсмена в киокусинкай и закономерности его формирования.
17. Общая характеристика тактики Киокусинкай и ее значение для становления мастерства бойца.
18. Взаимосвязь техники и тактики в киокусинкай.
19. Разделы, виды и элементы тактики в киокусинкай.
20. Роль физической подготовки в занятиях Киокусинкай.
21. Тактические основы боя.
22. Характеристика боевой деятельности в спортивном каратэ.
23. Боевые действия.
24. Тактическое обманывание.
25. Тактические качества
26. Основные тактические принципы.
27. Основы технико-тактического совершенствования.
28. Совершенствование технико-тактической деятельности.
29. Подготовка к единоборству с различными противниками.
30. Направления технико-тактической подготовки.
31. Последовательность использования средств и методов технико-тактической подготовки.
32. Роль теоретической подготовки в киокусинкай.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в 6 семестре обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Санчин.
2. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Цукино ката.
3. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Гэкисай дай.
4. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Гэкисай Сё.
5. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Найфанчи сёдан.
6. Терминологически описать и объяснить технику выполнения базового индивидуального комплекса Сайфа.
7. Понятие о психической подготовке. Роль и значение психической подготовки в видах киокусинкай. Связь психологической подготовки с другими сторонами подготовки: тактической, физической и технической.
8. Связь специальной психологической подготовкой с другими сторонами подготовки: тактической, физической, технической и интеллектуальной.
9. Значение психической устойчивости для бойца киокусинкай.
10. Создание психологических предпосылок для технико-тактического совершенствования.
11. Развитие способности спортсменов к саморегуляции психических процессов и эмоционального состояния.
10. Методы индивидуального подхода к психологической подготовке в предсоревновательный период и в процессе соревнования.
13. Понятия дзансин, гэнсин и цусин в традиции и соревнованиях.
14. Мэцукэ, в традиции Востока. Визуальное взаимодействие в единоборствах. Мэцукэ в соревновательной практике каратэ.

15. Составить график подготовки к проведению городских соревнований с различным контингентом и количеством участников.
16. Виды соревнований по ката и способы их проведения.
17. Составление положения о соревнованиях.
18. Критерии выбора места для проведения соревнований. Техническое задание.
19. Составление программы соревнований.
20. Подготовка документации для проведения соревнований.
21. Оборудование мест соревнований.
22. Подбор и приглашение судей.
23. Основные положения отчета о соревнованиях.
24. Возраст участников и условия их допуска к соревнованиям. Категории участников. Права и обязанности участников соревнований, тренеров и представителей.
25. Судейская коллегия. Её права и обязанности. Формирование судейских бригад.
26. Медицинское обслуживание соревнований.
27. Различия правил соревнований по ката спортивных дисциплин по виду спорта Киокусинкай. Общие положения. Регламент.
28. Система начисления баллов. Определение и объявление результата выступления.
29. Судейская терминология и жесты в соревнованиях по ката.
30. Составить положение о соревнованиях по ката по своей группе дисциплин.
31. Составить программу и сценарий проведения всероссийского соревнования по ката.
32. Написание и защита курсовой работы.

5.2.7. Примерная тематика курсовых работ для студентов III курса очного обучения:

1. Повышение эффективности техники выполнения ката с использованием мэцукэ.
2. Совершенствование методики технической подготовки в киокусинкай при использовании оружия на примере бодзюцу.
3. Взаимосвязь технической подготовки с другими сторонами подготовки в киокусинкай.
4. Совершенствование методики тренировки дистанционного взаимодействия в киокусинкай, путём анализа технико-тактического арсенала на этапе начальной спортивной специализации.
5. Роль и значение тактической подготовки в дисциплинах киокусинкай.
6. Применение методов стандартизации и варьирования действий при совершенствовании техники киокусинкай на спортивно-тренировочном этапе.
7. Специальные методы развития целевой точности атакующих действий ногами в киокусинкай у юных спортсменов занимающихся на этапе начальной спортивной специализации.
8. Содержание и формы воспитательной работы с юными спортсменами в киокусинкай.
9. Двигательная подготовка юношей 14-15 лет в процессе секционных занятий киокусинкай в общеобразовательной школе.

5.2.8. Содержание зачетных требований для студентов в 7 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Волевые качества в киокусинкай. Воля к победе.
2. Методика развития волевых качеств.
3. Воспитание решительности, мужественности и смелости.

4. Ведущие ощущения и восприятия в дисциплинах киокусинкай: зрительные, пространственные, временные, силовые, тактильные, кинестетические.
5. Двигательные представления (идеомоторика) в дисциплинах киокусинкай.
6. Процессы мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, конкретизация, логическое заключение, выводы и т.д.
7. Характер мыслительных задач.
8. Эмоциональные процессы и состояния. Длительность и степень эмоциональных напряжений, динамика эмоциональных состояний. Характеристика эмоций, причины, вызывающие их, влияние на выступление в соревнованиях.
9. Виды и качественные особенности волевых усилий в дисциплинах киокусинкай. Особенности процессов реагирования.
10. Внешнее и внутреннее внимание, его объем, интенсивность, концентрация, распределение, устойчивость, переключение.
11. Ориентирование в соревновательных ситуациях в дисциплинах киокусинкай.
12. Терминологически описать и объяснить технику выполнения усложненного индивидуального комплекса произвольной программы по ката - Сайфа.
13. Терминологически описать и объяснить технику выполнения усложненного индивидуального комплекса произвольной программы по ката - Сэйэнчин.
14. Реализация многолетней подготовки каратистов Киокусинкай через систему спортивных школ различных категорий.
15. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ как общеобразовательных учреждений дополнительного образования.
16. Этапы многолетней подготовки занимающихся в спортивных школах.

17. Задачи спортивных школ на разных этапах подготовки.
18. Динамика соотношения средств и методов тренировки на тренировочном этапе многолетней подготовки.
19. Использование различных средств в процессе многолетней подготовки, изменение их соотношения в различных группах учебно-тренировочного этапа.
20. Организация и методика учебно-тренировочного процесса с юными каратистами Киокусинкай.
21. Начальные этапы подготовки юного каратиста Киокусинкай.
22. Организация учебно-тренировочного процесса с юными каратистами Киокусинкай в учебно-тренировочных группах.
23. Определение объема и интенсивности соревновательных нагрузок, их расчет в годичном цикле подготовки у спортсменов учебно-тренировочных групп спортивных школ по киокусинкай.
24. Разработка перспективного плана подготовки спортсменов групп совершенствования спортивного мастерства.
25. Составление годового плана подготовки групп совершенствования спортивного мастерства в киокусинкай, с анализом показателей тренировочных нагрузок, их распределение по годам, периодам, этапам.
26. Планирование контрольных заданий и результатов по киокусинкай.
27. Особенности проведения занятий в группах этапа совершенствования спортивного мастерства в спортивных школах по киокусинкай.
28. Разработка модели годового плана проведения занятий в группах этапа совершенствования спортивного мастерства в спортивных школах по киокусинкай.
29. Применение дидактических принципов при обучении киокусинкай.
30. Зависимость методов и особенностей построения процесса обучения киокусинкай от структуры и сложности формируемых двигательных действий, от специфики проявляемых при этом физических качеств.

5.2.9. Содержание экзаменационных требований для студентов в 8 семестре обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Интегральная подготовка в Киокусинкай.
2. Характеристика разделов интегральной подготовки в Киокусинкай и их значение для становления мастерства бойца.
3. Ката – основной метод индивидуального совершенствования в киокусинкай.
4. Кумитэ – определение, цели, задачи. Виды кумитэ.
5. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.
6. Тренажеры, специальные устройства и снаряды используемые в каратэ и традиционном киокусинкай.
7. Соревнования и их количество в году. Формы участия в соревнованиях по киокусинкай.
8. Спортивная форма спортсмена киокусинкай. Её развитие и поддержание.
9. Непосредственная предсоревновательная подготовка: время приезда на соревнования, «бегунки», акклиматизация, суточный режим.
10. Соревновательный микроцикл в различных дисциплинах киокусинкай.
11. Практическое выполнение программы подготовки и ее коррекция.
12. Медицинский и педагогический контроль в киокусинкай.
13. Анализ регламентирующей документации в киокусинкай на текущий год.
14. Требования к документам претендента для присвоений судейской категории.
15. Структура годичного цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5.2.10. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:

1. Содержание и методика проведения тренировок по Киокусинкай у детей 10-11 лет.
2. Модельно-целевой подход к построению тренировки спортсмена Киокусинкай высокого класса.
3. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в киокусинкай.
4. Совершенствование техники ударов руками при боевом взаимодействии в Киокусинкай на этапе начальной спортивной специализации.
5. Модельные характеристики спортсмена в киокусинкай
6. Обучение дуговому удару ногой на начальном этапе в Киокусинкай.
7. Методики повышения уровня подготовленности спортсменов киокусинкай.
8. Совершенствование техники передвижения при боевом взаимодействии в Киокусинкай.
9. Планирование тренировочных нагрузок в дисциплинах киокусинкай и их взаимовлияние.
10. Средства и методы развития силовых способностей при совершенствовании ударов ногами.
11. Тактическая подготовка в Киокусинкай.
12. Содержание и направленность учебно-тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по киокусинкай.
13. Психологическая подготовка в Киокусинкай.
14. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса в киокусинкай на различных этапах многолетней подготовки.
15. Моделирование соревновательного поединка на тренировочном этапе.
16. Тактико-технические особенности ведения соревновательного поединка каратистов Киокусинкай в легкой весовой категории.

17. Тестирование скоростно-силовых возможностей у каратистов Киокусинкай возрастной категории 16-17 лет.
18. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем киокусинкай.
19. Рационализация питания спортсменов занимающихся киокусинкай.
20. Система соревнований как составной части многолетней подготовки в киокусинкай.
21. Модельные характеристики функциональных возможностей спортсменов Киокусинкай различной квалификации.
22. Оптимизация соотношения специализированных тренирующих воздействий и средств общей подготовки у квалифицированных спортсменов Киокусинкай.
23. Система фармакологической поддержки спортсменов киокусинкай в тренировочном процессе и соревнованиях.
24. Совершенствование принципов отбора и критериев формирования национальной сборной команды по Киокусинкай.
25. Эффективность использования дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности в подготовке спортсменов Киокусинкай.
26. Модельные характеристики спортсмена специализирующегося в одной из дисциплин вида спорта киокусинкай.
27. Планирование тренировочных нагрузок в дисциплинах киокусинкай и их взаимовлияние.
28. Внедрение путей решения анатомо-физиологических, биохимических, биомеханических и других актуальных проблем киокусинкай.
29. Инновации в методике обучения дисциплинам киокусинкай.
30. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе киокусинкай.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

а). Основная литература:

1. Степанов С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.;
2. Матвеев Л. П. Общая теория спота и её прикладные аспекты. 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с.: ил.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 543с.
4. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Начальные ката кюкусинкай», 2014г. – 96 с.
5. Демченко Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые ката кюкусинкай», 2017г. – 84 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ. – М.: Эксмо, 2006. – 256 с.: ил.
7. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256 с.
8. Правила соревнований по Кюкусинкай. Измен. и доп. Принятые АКР 10.09.2014.
9. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» Направление подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 59 с.
10. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01–РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 77 с.

б) Дополнительная литература:

1. Артеменко А. Ояма Масутацу. «Смертельная коррида». // «Додзё», 2001, № 8
2. Артемова Э. К. Биохимия. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов институтов физической культуры. – М.: Физкультура и Спорт, 2006, - 72 с., ил.
3. Алабин В. Г., Скрипко А. Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте (справочник). – Минск: Высш. школа, 1979. – 176 с.
4. Ашмарин Б.А., Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. –М.: ФиС, 1978
5. Бахтина Л.Н. Обучение реферированию научного текста. // Л.Н.Бахтина, И.П.Кузьмич, Н.М.Лариохина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 119 с.
6. Блюминг, Йон. От уличного хулигана до десятого дана. М.: ООО «Будо-спорт», 2004. -272 с. Перевод с англ. и яп. языков А. М. Горбылева
7. Васильева Л. Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно-двигательного аппарата человека. Иваново: МИК, 1996.
8. Васильев О. Е. Хореография боевых искусств. // «Додзё», 2004, № 3.
9. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
10. Горбылёв А. М., Артеменко О. Боевое каратэ Оямы Масутацу. // «Додзё», 2000, № 3.
11. Горбылёв А. М. Становление школы Кёкусинкай. // «Додзё», 2000, № 4.
12. Горбылёв А. М. Учителя Оямы Масутацу. Айки дзю-дзюцу и дзюдо. // «Додзё», 2001, № 6.
13. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
14. Горбылёв А. М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.

15. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
16. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. //«Кэмпо», 1997, № 1.
17. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
18. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
19. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
20. Горбылёв А. М. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
21. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008.
22. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
23. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 3, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009.
24. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 4, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
25. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 5, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2010.
26. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 6, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2011.
27. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 7, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2012.
28. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 8, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2013.
29. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 9, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2014.
30. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 10, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2015.

31. Горбылёв А. М. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно-методический сборник, вып. 11, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2016.
32. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
33. Годик М. А., Озолин Э. С, Шустин Б. Н. О корректности измерительных и вычислительных процедур в спортивно-педагогических исследованиях // «Теория и практика физической культуры», 1973, № 4. - 56 с.
34. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
35. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
36. Демидова А.К. Пособие по русскому языку. Научный стиль речи. Оформление научной работы: Учеб. пособ. - М.: Рус. яз., 2011. - 201 с.
37. Демченко Н.С. Ката как основное средство интегральной подготовки к соревновательной деятельности в киокусинкай студентов не физкультурно-спортивных вузов. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
38. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Становление концепции ката в традиционной японской культуре. ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 1, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2008. с. 12-32.
39. Демченко Н.С., Горбылев А.М. Ката в традиционных боевых искусствах самураев эпохи Токугава (1603-1867) ХИДЕН боевые искусства и рукопашный бой, научно- методический сборник, вып. 2, - Москва, ФГУП Изд «Известия» 2009. - 288 стр.
40. Демченко Н.С., Качан А.Б., Дорофеев А.Г. , КИОКУСИНКАЙ типовая образовательная программа для учреждений дополнительного образования. / Авт.-сост. Н.С.Демченко и др. – Москва, ООО «Принтграфик», 2009. – 112 стр.

41. Демченко Н.С. Характеристика соревновательной деятельности в ката киокусинкай Научно-практическая конференция преподавателей кафедры ТиМ единоборств «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам» Сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.:РГУФКСиТ-2010.-125_с.
42. Демченко Н.С. Формирование субъективной оценки микроинтервалов времени у спортсменов киокусинкай высокой квалификации для выступления в ката. «совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Материалы кафедральной научной конференции 2015 года. Часть 1. - Составители: проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д., - М.:Принт Центр. – 2015.- 63 с.
43. Демченко Н.С. «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)» для слушателей групп профессиональной переподготовки по профилю основных образовательных программ, обучающихся в ИПКиППК Направление переподготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2017. – 91 с.
44. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 1 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 47 с.
45. Демченко Н.С. Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) Тестовый контроль знаний выпуск 2 Методическое пособие направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2016. – 28 с.
46. Демченко Н.С. Рабочая программа дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» направление подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 30 с.
47. Демченко Н.С. «Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай)» Методические рекомендации, учебный материал и задания для самостоятельной работы студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01– РГУФКСМиТ. М.: 2015. – 38 с.
48. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.

49. Игнатов О. В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
50. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
51. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. – изд. 6-е / под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 624с., ил.
52. Кузнецов И.Н. Подготовка и оформление рефератов, курсовых и дипломных работ. – Минск: Сэр-Вит, 2010. – 256 с.
53. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт», 1993. – 208 с.
54. Коренберг В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.
55. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
56. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. –М.: ФиС, 1991.
57. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки – М.: ФиС, 1977.
58. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
59. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
60. Маряшин Ю. Е. Критерии оценки оптимальной статики и динамики опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
61. Маряшин Ю. Е. Комплекс упражнений для оптимизации функционального состояния опорно-двигательного аппарата. // «Додзё», 2004, № 2.
62. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
63. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.

64. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо). // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
65. Орлов Ю. Л. Терминология и классификация каратэдо. // «Додзё», 2003, № 1, № 4.
66. Орлов Ю. Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката каратэ. //«Додзё», 2001, № 8; 2002, №№ 1, 3, 4.
67. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.
68. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой.// «Додзё», 2004, № 6.
69. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
70. Окадзаки Хирото. Обзор ката Сусихо. // «Додзё», 2015, № 2.
71. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
72. Ояма М. Путь к истине. – М.: Издательский дом «Кислород», 2001. – 112 с.
73. Ояма М. Путь каратэ кёкусинкай. – М.: До-информ, 1992. – 112 с.
74. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.
75. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.
76. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё», 2004, № 6.
77. Рояма Хацуо. Путь мастера Кёкусин. // «Додзё», 2002, № 6.
78. Русский язык и культура речи. Учебник / Под ред. В.И.Максимова. – М.: Гардарики, 2002. – 413 с.
79. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.

80. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с., ил.
81. Соловьев О.В., Новиков С.В. Клубы единоборств как современная форма духовного и спортивного воспитания подрастающего поколения. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
82. Тюрин А.А. Методика планирования и организация спортивной тренировки каратиста по киокусинкай. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств. – М. : Светотон, 2010. – 89 с.
83. Танюшкин А. И., Фомин В. П., Слущкер В.И. Технические нормативы кёкусин ИФК. Выпуски 1 – 3. М.: издательство «Орбита», 2006-2007.
84. Танюшкин А. И., Фомин В. П. Самозащита в системе будо-каратэ и система самозащиты на базе Кёкусинкай. // «Додзё», 2003, № 3.
85. Танюшкин А. И. «Мокуси ямэ!». – М.: издательство «Русь», 1997. – 190 с.
86. Тваладзе Г. М. Анатомический анализ движений человеческого тела. М.: Медицина, 1964.
87. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1978. -206 с.
88. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

89. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
90. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 4. Планирование и контроль. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.
91. Фомин В. П. Медитация на тему «Сантин». // «Додзё», 2001, № 6
92. Фомин В. П. Ката Кёкусинкай – формула будо (путевые заметки с прологом и эпилогом). // «ДОДЗЁ», 2002, №№ 4-5.
93. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.
94. Фомин В. П. В додзё Оямы Масутацу (1961-1965). Интервью с ханси Стивом Арнейлом. // «Додзё», 2001, № 6.
95. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006, - 584 с.
96. Черный В. Г. Спорт без травм. М.: Физкультура и спорт, 1988.
97. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
98. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
99. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
100. Шинков С. О.. Особенности подготовки спортсменов высшей квалификации. // «Додзё», 2002, № 3.
101. Шестакова В.Б., Теория и практика дзюдо: учебник для ВПО – 2011.- «Советский спорт». – 324 с.
102. Щитов В. Бокс для начинающих. –М.:Фаир-ПРЕСС, 2001.
103. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4.

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

sportlib@umail.ru Электронный адрес отраслевой библиотеки

РГУФКСМиТ

www.rsbi.akr.ru Электронный адрес аккредитованной по виду спорта киокусинкай Ассоциации киокусинкай России (АКР)

www.kyokushinkan.ru Электронный адрес Федерации кёкусин-кан каратэ-до России, представляющей группу дисциплин кёкусинкан.

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

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	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности

	<p><i>-Microsoft Word</i></p> <p><i>-Microsoft Excel</i></p> <p><i>-Microsoft PowerPoint</i></p> <p><i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>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:</p> <p><i>Редактор текстовый,</i></p> <p><i>Редактор табличный,</i></p> <p><i>Редактор деловой графики и презентаций</i></p> <p><i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf).</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа.</p> <p>Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
6.	Microsoft Office Access	<p>Система управления базой данных.</p> <p>Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.</p>
7.	Microsoft Visio	<p>Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по</p>

		мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

7.2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных¹ и (или) групповых² консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

¹ Указываются при наличии курсовых работ по дисциплине (модулю)

² Указываются при наличии экзамена по дисциплине (модулю)

- 7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- 7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- 7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- 7.3.9. Плеер DVD ВВК – 2007 г.
- 7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- 7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- 7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.4. Спортивный инвентарь

- 7.4.1. Набивные спортивные мешки.
- 7.4.2. Набивные спортивные подушки (макивары).
- 7.4.3. Традиционное оружие дзё. (*палка длиной 130 см и диаметром 2 см*).
- 7.4.4. Традиционное тренировочное оружие бокэн (деревянная имитация катаны).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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	Тестирование знаний по темам: 1. Кйокусинкай как школа каратэ 2. Становление школы Кйокусинкай 3. Терминология и классификация кйокусинкай	3 неделя 9 неделя 12 неделя	2 2 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Значение тренера в воспитании и тренировочном процессе в кйокусинкай 2. Кйокусинкай как школа каратэ 3. Становление школы Кйокусинкай 4. Терминология традиционной базовой и спортивной техники кйокусинкай 5. Классификация традиционной базовой и спортивной техники кйокусинкай 6. Безопасность и профилактика травматизма на занятиях Кйокусинкай, методы оказания первой доврачебной помощи, укрепление здоровья занимающихся Кйокусинкай, их личная и общественная гигиена.	4 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 14 неделя 15 неделя	2 2 2 2 2 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Терминология традиционной базовой и спортивной техники кйокусинкай 2. Классификация традиционной базовой и спортивной техники кйокусинкай 3. Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку	13 неделя 15 неделя 10-14 недели	2 2 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Место Кйокусинкай в государственной системе физического воспитания населения	9 неделя	3

	России. 2. Значение Киокусинкай для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах и других силовых структурах России. 3. Модель специалиста по профилю «тренер-преподаватель по Киокусинкай». 4. Характеристика Киокусинкай как вида спорта и средства физического воспитания. 5. Возникновение, этапы развития и основные особенности каратэ как системы рукопашного боя без оружия, средства физического воспитания и вида спорта. 6. Специфика Киокусинкай как школы каратэ. 7. Причины травматизма на занятиях и соревнованиях по Киокусинкай	15 неделя 31 неделя 37 неделя	5 5 3
6	Зачет (рубежный контроль)	16 неделя	15
7	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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	Тестирование знаний по темам: 1. Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку 2. Базовая техника кюкусинкай 3. Организация и проведение и судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай 4. Судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай	23 неделя 29 неделя 36 неделя 38 неделя	2 2 2
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. История кюкусинкай в СССР 2. Современное состояние кюкусинкай в России и в Мире 3. Развитие кюкусинкай как вида спорта 4. Этикет Кюкусинкай. 5. Организация и проведение соревнований по тамэсивари 6. Судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай	27 неделя 31 неделя 33 неделя 35 неделя 38 неделя 39 неделя	2 2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Начальные индивидуальные комплексы Сакуги тайкёку 2. Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку ура 3. Основы техники работы с оружием (дзё/бокэн/бо) 4. Организация и проведение соревнований по тамэсивари 5. Судейство соревнований по тамэсивари кюкусинкай	24-26 недели 28-31 недели 32-35 недели 36-38 недели 40 неделя	2 2 2 2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Абсолютные и весовые чемпионаты Японии,		

	мира и Европы по кумитэ среди мужчин.	24-26 недели	5
	2. Развитие женского спортивного Киокусинкай в мире.	27-30 недели	5
	3. Развитие детского спортивного Кёкусинкай в мире.	27-30 недели	5
	4. Чемпионаты Японии, мира и Европы по ката.	30-31 недели	5
	5. Первенства Японии, мира и Европы по кумитэ.	32-33 недели	5
	6. Развитие Киокусинкай после смерти Оямы Масутацу в мире.	32-33 недели	5
	7. Хронология, причины возникновения различных версий Киокусинкай и их лидеры.	34-35 недели	5
	8. Правила поведения в додзё, на соревнованиях и в повседневной жизни.	36-37 недели	5
	9. Значение набивки, методические рекомендации набивки ударных частей рук и ног (буи танрэнхо).	38-39 недели	5
	10. Теория разбивания твердых предметов в киокусинкай.	39-40 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43 неделя	20
7	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 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 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Базовые индивидуальные комплексы Пинъан сонно ити. 2. Базовые индивидуальные комплексы Пинъан сонно ни. 3. Базовый индивидуальный комплекс Пинъан сонно сан. 4. Базовый индивидуальный комплекс Пинъан сонно ён. 5. Базовый индивидуальный комплекс Пинъан сонно го.	6 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 14 неделя	2 5 5 5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Традиционные требования к тренировочному процессу в кюкусинкай 2. Средства, методы и условия тренировки в традиционном кюкусинкай 3. Связь традиций и спорта в кюкусинкай 4. Базовые индивидуальные комплексы Пинъан	5 неделя 9 неделя 13 неделя 16 неделя	2 2 2 2
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Традиционная базовая техника кюкусинкай 2. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ити 3. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ни 4. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно сан 5. Выполнить и терминологически описать	2-4 недели 5 неделя 6-8 недели 8-10 недели	2 2 2 2

	базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно ён	11-12 недели	2
	6. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Пинъан соно го	13-14 недели	2
	7. 10 базовых кихон-бункай к Пинъанам	15-16 недели	2
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Физиологические механизмы двигательных реакций. 2. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Технология наблюдения за противником (МЭЦУКЭ). 3. Методы дыхания в Киокусинкай (КОКЮХО). 4. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления (ДЗЮГОДЗЮХО). 5. Влияние классификации спортивной техники Киокусинкай на методику обучения и тренировки. 6. Виды боевых дистанций в киокусинкай. Чувство дистанции (МААИ КАН) и его развитие.	5-6 недели 7-8 недели 9-10 недели 11-12 недели 13-14 недели 15-16 недели	5 5 5 5 5 5
6	Зачет (рубежный контроль)	17 неделя	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Традиционные и современные методы развития физических качеств в кюкусинкай 2. Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ кюкусинкай	30 неделя 37 неделя	3 3
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Гибкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 2. Ловкость, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 3. Специальная физическая подготовки в кюкусинкай 4. Сила, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 5. Выносливость и традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 6. Быстрота, традиционные и современные методы её развития в кюкусинкай 7. Организация и проведение соревнований по 8. Судейство соревнований по кумитэ	22 неделя 23 неделя 24 неделя 25 неделя 26 неделя 27 неделя 30 неделя 35 неделя	3 3 3 3 3 3 3 3
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Гибкость, тестирование и подбор общих и специализированных упражнений по её развитию 2. Ловкость, тестирование и подбор общих и специализированных упражнений по её развитию 3. Сила, тестирование и подбор общих и специализированных упражнений по её	22 неделя 23 неделя	3 3

	развитию 4. Выносливость, тестирование и подбор общих и специализированных упражнений по её развитию 5. Быстрота, тестирование и подбор общих и специализированных упражнений по развитию скоростных качеств. 6. Судейство соревнований по кумитэ киокусинкай	24 неделя 25 неделя 26 неделя 31-40 недели	3 3 3 3
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Эволюция правил соревнований по кумитэ киокусинкай 2. Роль физической подготовки в занятиях Киокусинкай. 3. Гибкость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 4. Быстрота, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 5. Ловкость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 6. Сила, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 7. Выносливость, традиционные и современные методы ее развития в Киокусинкай. 8. Виды соревнований по кумитэ и способы их проведения. 9. Особенности судейской терминологии и жестов при проведении соревнований по кумитэ в различных группах дисциплин.	22 неделя 23 неделя 24 неделя 25 неделя 26 неделя 27 неделя 30 неделя 35 неделя 38 неделя	3 3 3 3 3 3 3 3
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	44 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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Техническая подготовка в кюкусинкай	14 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Средства, методы и условия организации занятий по кюкусинкай в системе дополнительного образования. 2. Техническая подготовка в кюкусинкай. 3. Понятия стратегии и тактики в кюкусинкай. 4. Цели и задачи тактической подготовки в кюкусинкай.	7 неделя 9 неделя 10 неделя 12 неделя	5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Написание годовой программы ознакомительного уровня по кюкусинкай по требованиям предъявляемым к программам физкультурной направленности системой дополнительного образования. 2. Методы, используемые в обучении и совершенствовании спортивной технике. 3. Выбор стратегии и тактики в дисциплинах кюкусинкай. Применение различных тактических моделей в различных дисциплинах кюкусинкай.	10 неделя 12 недели 15 неделя	5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Особенности построения тренировочного процесса в системе дополнительного образования. 2. Технический арсенал спортсмена в кюкусинкай и закономерности его формирования. 3. Общая характеристика тактики Кюкусинкай	1-5 недели 6-10 недели	5 5 5

	и ее значение для становления мастерства бойца. 4. Контроль в киокусинкай — сущность, разновидности, принципы. 5. Взаимосвязь техники и тактики в киокусинкай. 6. Теоретическая подготовка в киокусинкай. 7. Специфика, частота, локализация причины, профилактика заболеваний спортсменов в киокусинкай избранной специализации (различного пола, возраста, квалификации и весовых категорий).	11 неделя 12 неделя 13 неделя 14 неделя 15 неделя	5 5 5 5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Усложненные базовые ката кюкусинкай 2. Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ кюкусинкай	28 неделя 39 неделя	5 5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Специальная психологическая подготовка в кюкусинкай 2. Организация и проведение соревнований по ката кюкусинкай 3. Судейство соревнований по ката кюкусинкай	26 неделя 31 неделя 36 неделя	5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Санчин. 2. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Цукино 3. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Гэкисай дай 4. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Гэкисай Сё 5. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Найфанчи 6. Выполнить и терминологически описать базовый индивидуальный комплекс Сайфа 7. Судейство соревнований по ката. 8. Написание статьи по материалам курсовой работы	24-25 недели 24-25 недели 26-28 недели 28-29 недели 29-30 недели 32-35 недели 36-40 недели	5 5 5 5 5 5 5
5	Написание и защита рефератов на темы: 1. Анализ правил соревнований по ката в		

	различных группах дисциплин вида спорта киокусинкай.	24-25 недели	5
	2. Организация соревнований по ката киокусинкай.	26-27 недели	5
	3. Психологический контроль в киокусинкай (общая характеристика).	28-29 недели	5
	4. Психологическая подготовка в предсоревновательном периоде подготовки спортсмена в ката/кумитэ киокусинкай.	30-31 недели	5
	5. Психологическая подготовка бойца непосредственно в день выступления.	32-33 недели	5
	6. Сравнительный анализ регламентов выступления в ката в различных группах дисциплин.	34-35 недели	5
	7. Роль и значение психической подготовки в различных дисциплинах киокусинкай.	36-37 недели	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	43-44 недели	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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	Тестирование знаний по модулям: 1. Усложненные ката произвольной программы кюкусинкай	6-10 недели	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Общие понятия психической подготовки в кюкусинкай 2. Воспитание морально-волевых качеств в кюкусинкай 3. Основные средства и условия для спортивной подготовки в кюкусинкай 4. Средства и условия для восстановления спортсменов в кюкусинкай 5. Подготовленность спортсмена в кюкусинкай 6. Принципы, общие правила и положения реализации спортивной подготовки в кюкусинкай 7. Организация спортивно массовых мероприятий по кюкусинкай	3 неделя 5 неделя 7 неделя 8 неделя 10 неделя 12 неделя 14 неделя	5 5 5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление упражнений для идеомоторной тренировки для спортсменов различного уровня. 2. Разработка микроциклов для спортсменов кюкусинкай для различных этапов спортивной тренировки. 3. Составление примерного годового плана подготовки сборной команды по кумитэ (ката) 4. Практическое выполнение программ спортивной подготовки и их коррекция 5. Организация номера для показательных выступлений. 6. Выполнить и терминологически описать	4 неделя 5-6 неделя 8 неделя 8 неделя 8-9 недели	5 5 5 5 5

	усложненное ката произвольной программы киокусинкай (на выбор).	12-16 недели	5
5	Написание рефератов на темы: 1. Воспитание морально-волевых качеств в кюкусинкай. 2. Особенности проведения соревнований по весовым категориям и в абсолютных соревнованиях в различных группах дисциплин. 3. Сравнительный анализ правил соревнований KWU и АКР. 4. Маятниковые мезоциклы подготовки: варианты, этапы, их продолжительность, цели, задачи, средства, методы и формы организации в кюкусинкай. 5. Тренировочный макроцикл: варианты продолжительности, структуры, направленности подготовки. 6. Отбор кандидатов в сборную команду по избранной дисциплине кюкусинкай (разновидности, принципы, условия, критерии спортивного мастерства). 7. Анализ переводных тестов в Типовой программе спортивной подготовки по кюкусинкай и Стандарте по виду спорта кюкусинкай.	5-6 недели 7-8 недели 9-10 недели 11-12 недели 13-14 недели 13-14 недели 15-16 недели	5 5 5 5 5 5 5
6	Сдача зачета (рубежный контроль)	17 неделя	15
	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 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 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 14 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта, очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

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	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Тестирование знаний по модулям: 1. Управление спортивной подготовкой в кюкусинкай	26 неделя	5
3	Выступления на семинарских занятиях по темам: 1. Интегральная подготовка в кюкусинкай 2. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов в кюкусинкай 3. Спортивная подготовка в кюкусинкай 4. Основные средства контроля и учета в кюкусинкай 5. Регламентирующая документация по виду спорта кюкусинкай	26 неделя 30 неделя 34 неделя 36 неделя 38 неделя	5 5 5 5 5
4	Контроль освоения практических навыков: 1. Составление единого календарного плана по федерации 2. Внесение предложений на внесение изменений в Всероссийский реестр видов спорта (ВРВС) 3. Анализ действующей единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК) 4. Выполнить анализ действующих регламентов по группам дисциплин кюкусинкай. 5. Написание статьи по теме исследовательской работы.	28 неделя 31 неделя 36 неделя 36 неделя 39 неделя	5 5 5 5 5
5	Написание рефератов на темы: 1. Средства и методы тренировки спортсменов и особенности их применения в различных дисциплинах кюкусинкай. 2. Интегральная подготовка в кюкусинкай (на примере выбранной дисциплины).	23 неделя 25 неделя	5 5

	3. Обеспечение условий, для эффективной тренировки спортсмена в киокусинкай.	26 неделя	5
	4. Медицинское и педагогическое обследование спортсменов в киокусинкай.	28 неделя	5
	5. Составление общих и индивидуальных планов и программ подготовки в киокусинкай (специализация на выбор).	29 неделя	5
	6. Основные средства контроля и учета в киокусинкай.	30 неделя	5
	7. Этап непосредственной предсоревновательной подготовки в киокусинкай.	31 неделя	5
	8. Структура годового цикла на этапе совершенствования спортивного мастерства.	32 неделя	5
6	Сдача экзамена (рубежный контроль)	40 неделя	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 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 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 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 методика фехтования, современного пятиборья, восточных
боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»

(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 47зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): освоить учебно-практический материал, необходимый 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..

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

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

– способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста (ОПК-6);

– способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

– способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик (ОПК-11);

– способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-8);

- способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- 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 использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13);
- 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)
- способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем (ПК-26);
- способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта (ПК-28);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (киокусинкай)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежут очной аттестаци и (по семестра м)
			Л	П	СР С	Экза	
1	«Введение в курс специализации киокусинкай»	1	6	12	18		Экзамен
2	«История кюкусинкай»	1	2	14	20		
3	«Новейшая история развития киокусинкай»	1	2	16	18		
4	«Основы безопасности, этикета и гигиены в кюкусинкай»	1	2	14	20		
5	«Терминология и классификация киокусинкай»	1	4	10	22		
6	«Основы техники разбивания твердых предметов»	2	2	6	10		
7	«Основы техники традиционного и спортивного кюкусинкай»	2	4	14	18		
8	«Начальные индивидуальные комплексы Тайкёку»	2	4	16	16		
9	«Организация, проведение и судейство соревнований по тамэсивари»	2	4	18	14		
10	«Основы техники работы с оружием»	2	2	8	8		
11	«Задачи и организация НИР и УИРС по кюкусинкай»	2	4	16	16		
12	«Семестровый экзамен для студентов первого курса»				27	9	
13	«УНИРС в ВУЗах. Подготовка годовой работы»	3	6	18	12		Экзамен

14	«Средства, методы и условия тренировки в традиционном киокусинкай»	3	4	18	14		
15	«Связь традиций и спорта в киокусинкай»	3	4	18	14		
16	«Базовые индивидуальные комплексы Пинъан»	3	4	18	14		
17	«Общая физическая подготовка в киокусинкай»	4	4	12	20		
18	«Специальная физическая подготовка в киокусинкай»	4	2	12	22		
19	«Традиционные и современные методы развития и совершенствования физических качеств в киокусинкай»	4	4	28	4		
20	«Организация, проведение и судейство соревнований по кумитэ»	4	4	20	12		
21	«Семестровый экзамен для студентов второго курса»				27	9	
22	«УНИРС в ВУЗах. Подготовка курсовой работы»	5	4	16	16		Экзамен, Курсовая работа
23	«Средства, методы и условия организации спортивных занятий по киокусинкай в системе дополнительного образования»	5	4	14	18		
24	«Виды подготовки в киокусинкай»	5	8	16	12		
25	«Техническая подготовка в киокусинкай»	5	4	14	18		
26	«Усложненные базовые ката киокусинкай»	6	4	14	18		
27	«Специальная психологическая подготовка в киокусинкай»	6	4	12	20		
28	«Организация, проведение и судейство соревнований по ката»	6	6	16	14		
29	«Базовые ката обязательной программы киокусинкай»	6	2	14	20		
30	«Семестровый экзамен для студентов третьего курса»				27	9	
31	«Воспитание моральных и волевых качеств в киокусинкай»	7	4	14	2/ 16		Экзамен
32	«Усложненные ката произвольной программы киокусинкай»	7	4	14	2/ 16		

33	«Организация учебно-тренировочный процесс по киокусинкай в системе ДЮСШ»	7	4	14	2/16		
34	«Организация спортивно-массовых мероприятий по киокусинкай»	7	2	16	2/16		
35	«Интегральная подготовка в киокусинкай»	8	2	8	8		
36	«Соревнования по дисциплинам киокусинкай, непосредственная подготовка и участие в них»	8	6	10	20		
37	«Управление спортивной подготовкой в киокусинкай»	8	6	12	18		
38	«Регламентирующая документация по виду спорта киокусинкай»	8	4	12	20		
39	«Подготовка и апробация выпускной квалификационной работы»	8		16	20		
40	«Семестровый экзамен для студентов четвертого курса»				27	9	
Всего за курс:			140	572	944	36	

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.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный
спорт)»**

(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, 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
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.

Составители:

Новоселов Михаил Алексеевич, к.п.н, доцент кафедры ТиМ ИИиИВС

Скаржинская Елена Николаевна, к.п.н, доцент кафедры ТиМ ИИиИВС

Талан Алексей Сергеевич, к.х.н, ст.преподаватель кафедры ТиМ ИИиИВС

Гиряков Ярослав Владимирович, ст.преподаватель кафедры ТиМ ИИиИВС

Жуков Алексей Григорьевич, магистрант, доцент кафедры ТиМ ИИиИВС

Рецензент: Эпов О.Г - к.п.н, профессор кафедры Теории и методики
фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный спорт)» является – обеспечить освоение 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. Данная программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный спорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный спорт)» 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 современного пятиборья.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, 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. 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
ОПК-3	<p><i>способность 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</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в компьютерном спорте; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требования стандартов спортивной подготовки в компьютерном спорте к проведению занятий с данным контингентом. 	4		4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта; – разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в компьютерном спорте в дисциплинах “Соревновательная головоломка”, “Стратегия в реальном времени”, с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по современному пятиборью. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы теории и методики физической культуры и спорта; – принципы и методы обучения в компьютерном спорте; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки киберспортсменов; – требования стандартов спортивной подготовки к 	6		7

	проведению занятий с данным контингентом.			
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>–применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в дисциплинах компьютерного спорта “Боевая арена”, “Технический симулятор” с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
	<p><i>Знать:</i></p> <p>–основы теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>–принципы и методы обучения;</p> <p>–медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</p> <p>требования стандартов спортивной подготовки.</p>	7		8
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>–применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в компьютерном спорте с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>			
ОПК-6	<p><i>Способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <p>– основы разностороннего развития занимающихся средствами компьютерного спорта;</p>	1		1
	<p><i>Знать:</i></p> <p>– факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в компьютерном спорте;</p> <p>– особенности протекания восстановления при занятиях различными видами компьютерного спорта.</p>	8		9
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>– подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок.</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <p>– планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе киберспортсменов</p>			
ОПК-8	<p><i>Способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного</i></p>	1		1

	<p><i>пола и возраста</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил вида спорта ”Компьютерный спорт”; – судейскую терминологию при проведении соревнований; – основные требования к спортивному инвентарю. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила вида спорта ”Компьютерный спорт”; – 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		3
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 			
ОПК-11	<p><i>Способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в компьютерном спорте; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта. 	3		3
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</p>	1		1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы научного анализа и обработки результатов исследований 	4		4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований 			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности 	6		6
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить научный анализ результатов исследований, 	8		9

	<p>формулировать и представлять обобщения и выводы</p> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик. 			
ПК-8	<p><i>Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта. <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать на занятиях по компьютерному спорту знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности. <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в компьютерном спорте с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в компьютерном спорте; умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 	1		1
ПК-9	<p><i>Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <p>психологическую характеристику деятельности в компьютерном спорте</p>	4		4
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 	5		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			
	<p><i>Владеть:</i></p>			

	– методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.			
	<i>Знать:</i> – формирования мотивации к занятиям компьютерным спортом	8		9
	<i>Уметь:</i> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям компьютерным спортом			
	<i>Владеть:</i> – умением формировать мотивацию к занятиям компьютерным спортом			
ПК-10	<i>Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся</i> <i>Знать:</i> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в компьютерном спорте; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.	6		7
	<i>Уметь:</i> – 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 компьютерном спорте.			
ПК-11	<i>Способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i> <i>Знать:</i> теоретические основы программирования процесса обучения в современном пятиборье	3		3
	<i>Уметь:</i> – составлять обучающие программы по дисциплинам компьютерного спорта			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по дисциплинам компьютерного спорта в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки пятиборцев	6		7
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы	7		8

	подготовки по дисциплинам компьютерного спорта в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства			
ПК-13	<i>Способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию</i> <i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в компьютерном спорте; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена	7		8
	<i>Уметь:</i> – формировать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными для компьютерного спорта технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</i> <i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в компьютерном спорте; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в компьютерном спорте	5		6
	<i>Уметь:</i> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений (в том числе игровой моделью), технико-тактические действия			
ПК-15	<i>Способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму</i> <i>Знать:</i> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.	7		
	<i>Уметь:</i> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности			

ПК-26	<i>Способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем</i> <i>Знать:</i> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки	1		1
	<i>Уметь:</i> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги			
	<i>Владеть:</i> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем			
	<i>Знать:</i> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем.	4		4
	<i>Уметь:</i> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования			
	<i>Владеть:</i> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки			
ПК-28	<i>научно-исследовательская деятельность: способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</i> <i>Знать:</i> – основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ	2		2
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в компьютерном спорте с использованием апробированных методик			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в компьютерном спорте			
ПК-30	<i>Способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности</i> <i>Знать:</i> – методологии исследовательской деятельности в компьютерном спорте	4		4
	<i>Уметь:</i>	6		7

– проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.			
<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	8		9

2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 38 зачетных единиц, 1368 академических часов.

Очная форма обучения

Таблица 2.

Тематический план для студентов очной формы обучения (1 курс)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	Всего за семестр 1		18	72	216	-	
	Всего за семестр 2		18	72	225	9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	10	50	50		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	8	8		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный	1	2	8	8		

	спорт”						
1.3	Модуль 1.3. Организационно-правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	2	6	6		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)	1	2	10	10		
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)	1	2	18	18		
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	8	40	40		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	2	8	8		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	10	10		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта) в системе международного и российского спортивного движения	1	2	10	10		
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	2	12	12		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	18	54	135		
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	2	8	20		

3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортизированных компьютерных игр производителями игр	2	8	18	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	2	4	20		
3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	2	4	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья на киберспортивных мероприятиях	2	2	4	20		
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопроекта "Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта"	2	2	16	35		
Итого часов			36	144	441	9	Экзамен

Таблица 3.

**Тематический план для студентов
заочной формы обучения
(1 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9

	Всего за семестр 1 Зимняя сессия		6	16	158	-	
	Всего за семестр 2 Летняя сессия		6	16	185	9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	4	4	70		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.3	Модуль 1.3. Организационно- правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	-	-	20		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)	1	-	2	20		
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)	1	-	2	30		
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	2	4	70		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	-	-	10		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	-	20		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта) в системе	1	-	2	20		

	международного и российского спортивного движения						
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	-	2	20		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	2	8	133	9	
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	-	2	20		
3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортсизированных компьютерных игр производителями игр	2	2	2	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	-	-	20		
3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	-	-	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья на киберспортивных мероприятиях	2	-	-	20		
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопроекта "Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта"	2	-	4	33		
	Итого часов		12	32	343	9	Экзамен

**Тематический план для студентов
ускоренной заочной формы обучения
(1 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	Всего за семестр 1 Зимняя сессия		6	16	194	-	
	Всего за семестр 2 Летняя сессия		6	16	257	9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	4	4	70		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.3	Модуль 1.3. Организационно-правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	-	-	20		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)	1	-	2	20		
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и	1	-	2	30		

	проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)						
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	2	4	70		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	-	-	10		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	-	20		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта) в системе международного и российского спортивного движения	1	-	2	20		
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	-	2	20		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	2	8	133	9	
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	-	2	20		
3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортизированных компьютерных игр производителями игр	2	2	2	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	-	-	20		
3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	-	-	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья	2	-	-	20		

	на киберспортивных мероприятиях						
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопроекта "Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта"	2	-	4	33		
	Итого часов		12	32	451	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(2 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
4	Раздел 4. Основы спортивной подготовки	3	18	72	54		
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2	4	4		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3	2	4	6		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3	2	8	6		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3	2	8	6		
4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3	2	8	6		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	8	6		
4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3	2	8	6		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3	2	8	6		
4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на	3	2	16	8		

	примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)						
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	14	72	103	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы техничко-тактических действий в технических симуляторах	4	-	8	5		
5.2	Модуль 5.2. Основы техничко-тактических действий в соревновательных головоломках	4	-	8	8		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико- тактических действий в спортизированных компьютерных играх от производителей игр	4	6	12	10		
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения техничко-тактическим действиям в стратегии реального времени	4	2	8	10		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения техничко-тактическим действиям в боевой арене	4	2	8	10		
5.6	Модуль 5.6. Методика обучения техничко-тактическим действиям в техническом симуляторе	4	2	8	20		
5.7	Модуль 5.7. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4	2	4	20		
5.8	Модуль 5.8. Разработка видеопроекта ”Методика обучения техничко-тактическим действиям в избранной дисциплине	4	-	16	20		

	компьютерного спорта”						
	Итого часов		32	144	157	9	Экзамен

Таблица 6.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(2 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
4	Раздел 4. Основы спортивной подготовки	3	4	14	160		
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2		20		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3		2	20		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3		2	20		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3		2	20		
4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3		2	20		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	2	20		
4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3		2	10		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3		2	10		

4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопрокта ” Основы технико- тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)	3		2	20		
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	4	16	225	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы техничко-тактических действий в технических симуляторах	4	2	2	30		
5.2	Модуль 5.2. Основы техничко-тактических действий в соревновательных головоломках	4		2	30		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико- тактических действий в спортизированных компьютерных играх от производителей игр	4		2	30		
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения техничко-тактическим действиям в стратегии реального времени	4		2	30		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения техничко-тактическим действиям в боевой арене	4	2	2	30		
5.6	Модуль 5.6. Методика обучения техничко-тактическим действиям в техническом симуляторе	4		2	20		
5.7	Модуль 5.7. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4		2	20		
5.8	Модуль 5.8. Разработка	4		2	35		

видеопроекта ”Методика обучения техничко-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”							
Итого часов		12	32	289	9	Экзамен	

Таблица 7.

**Тематический план для студентов заочной ускоренной формы
обучения
(2 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
4	Раздел 4. Основы спортивной подготовки	3	4	14	160		
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2		20		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3		2	20		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3		2	20		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3		2	20		
4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3		2	20		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	2	20		

4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3		2	10		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3		2	10		
4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопрокта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)	3		2	20		
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	4	16	234	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы технико-тактических действий в технических симуляторах	4	2	2	30		
5.2	Модуль 5.2. Основы технико-тактических действий в соревновательных головоломках	4		2	30		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико-тактических действий в спортизированных компьютерных играх от производителей игр	4		2	30		
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения технико-тактическим действиям в стратегии реального времени	4		2	30		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения технико-тактическим действиям в боевой арене	4	2	2	30		
5.6	Модуль 5.6. Методика обучения технико-тактическим действиям в техническом симуляторе	4		2	25		

5.7	Модуль 5.7. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4		2	24		
5.8	Модуль 5.8. Разработка видеопроекта ”Методика обучения техничко-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”	4		2	35		
	Итого часов		12	32	379	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(3 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте	5	18	58	50		
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2	4	4		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2	4	4		
6.3	Модуль 6.3. Техническая подготовка	5	2	4	4		
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5	2	4	6		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5	2	4	6		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5	2	6	6		
6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в компьютерном спорте	5	2	8	6		
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки	5	2	8	6		

	киберспортсменов						
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов	5	2	16	8		
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6	10	24	35	9	
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6	2	8	5		
7.2	Модуль 7.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	6		8	5		
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6	2	12	5		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6	2	8	5		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6	2	8	5		
7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6	2	8	10		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте		8	34	60		
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного процесса	6	2	16	10		
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального состояния	6		16	10		
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2	16	10		

8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6	2	16	10		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной квалификационной работы	6		16	10		
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп. образование)	6	2	16	10		
	Итого часов		36	140	130	9	Экзамен

Таблица 9.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(3 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте	5					
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2		24		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2		24		
6.3	Модуль 6.3. Техническая	5		4	24		

	подготовка						
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5		4	26		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5		4	26		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5		2	26		
6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в компьютерном спорте	5			26		
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки киберспортсменов	5			26		
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов	5			28		
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6					
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6			25		
7.2	Модуль 7.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	6			25		
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6			25		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6			25		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6			25		

7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6			20		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте						
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного процесса	6	2	4	20		
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального состояния	6		4	20		
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2		20		
8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6		4	20		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной квалификационной работы	6		2	10		
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп.образование)	6		4	10		
	Итого часов		12	32	199	9	Экзамен

Таблица 10.

**Тематический план для студентов заочной ускоренной формы
обучения
(3 курс)**

№	Раздел	С	З	ПР	Виды учебной работы,
---	--------	---	---	----	----------------------

	дисциплины (модуля)		включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте	5					
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2		24		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2		24		
6.3	Модуль 6.3. Техническая подготовка	5		4	14		
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5		4	16		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5		4	16		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5		2	16		
6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в компьютерном спорте	5			16		
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки киберспортсменов	5			16		
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического	5			18		

	сопровождения подготовки киберспортсменов						
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6					
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6		8	15		
7.2	Модуль 7.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	6		8	15		
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6		12	15		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6		8	15		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6		8	15		
7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6		8	10		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте						
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного процесса	6	2		15		
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального состояния	6		4	10		
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2		10		
8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6		4	10		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной	6		4	10		

	квалификационной работы						
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп.образование)	6		4	20		
	Итого часов		12	32	307	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(4 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7	10	30	50		
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	4	8	12		
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)	7	2	8	13		
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7	2	8	13		
9.4	Модуль 9.4. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	7	2	6	12		

10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7	8	32	59		
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7	2	8	14		
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет)	7	2	8	14		
10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7	2	8	14		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7	2	8	17		
11	Раздел 11. Управленческие основы развития компьютерного спорта	8	10	24	16	9	
11.1	Модуль 11.1. Нормативная документация спортивной подготовки	8	4	6	4		
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно- частное партнерство	8	2	6	4		
11.3	Модуль 11.3. Нормативно- правовые решения развития компьютерного спорта	8	2	6	4		

11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	8	2	6	4		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте		8	34	16		
12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований в компьютерном спорте	8	2	8	4		
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	8	2	8	4		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	8	2	8	4		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	8	2	10	4		
	Итого часов		18	72	108	9	Экзамен

Таблица 12.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(4 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-	

						роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7					
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	2			12	
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)	7	2			13	
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7		4		13	
9.4	Модуль 9.4. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	7		4		12	
10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7					
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7		4		14	
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет)	7		2		14	

10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7			14		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7			17		
Итого часов			12	32	217	9	Экзамен

Таблица 13.

**Тематический план для студентов заочной ускоренной формы
обучения
(4 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7					
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	2		22		
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на	7		2	23		

	тренировочном этапе (спортивной специализации)						
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7		2	23		
9.4	Модуль 9.4. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	7		2	22		
10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7					
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7		2	14		
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет)	7			14		
10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7			24		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7			37		
11	Раздел 11. Управленческие основы развития компьютерного спорта	8					
11.1	Модуль 11.1. Нормативная	8		2	24		

	документация спортивной подготовки						
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно-частное партнерство	8		2	24		
11.3	Модуль 11.3. Нормативно-правовые решения развития компьютерного спорта	8			24		
11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	8			24		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте						
12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований в компьютерном спорте	8	2		24		
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	8			24		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	8			34		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	8			34		
	Итого часов		12	32	343	9	Экзамен

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(5 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
11	<i>Раздел 11.</i> Управленческие основы развития компьютерного спорта	9					
11.1	Модуль 11.1. Нормативная документация спортивной подготовки	9	2	4	12		
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно-частное партнерство	9	2	2	10		
11.3	Модуль 11.3. Нормативно-правовые решения развития компьютерного спорта	9		4	4		
11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	9		4	4		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте						

12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований в компьютерном спорте	10	2	2	30		
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	10	2	2	20		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	10		6	20		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	10		4	17		
	Итого часов		12	32	379	9	Экзамен

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).

5.2.1. Примерный перечень вопросов к экзамену за 1 курс

1. Понятие «информационное общество», основные критерии.
2. Что понимается под термином «Компьютерный спорт».
3. Что является спортивным инвентарем в компьютерном спорте.
4. Системы проведения соревнований в компьютерном спорте.
5. Способы проведения соревнований в компьютерном спорте.
6. Спортивный инвентарь в компьютерном спорте.
7. Структура Положения о соревнованиях.
8. Организатор соревнований в компьютерном спорте.
9. Комиссия по допуску. Председатель комиссии по допуску к соревнованиям в компьютерном спорте.
10. Судейская коллегия для проведения соревнований по компьютерному спорту.
11. Права и обязанности Главного судьи соревнований по компьютерному спорту.
12. Дисциплинарные взыскания за нарушения на соревнованиях по компьютерному спорту.
13. Назовите, что входит в документацию соревнований по компьютерному спорту.
14. Назовите дисциплины компьютерного спорта.
15. Всероссийский реестр видов спорта.

16. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС).

17. Презентация соревнований по компьютерному спорту.

18. История становления и развития компьютерного спорта в мире.

19. История становления и развития компьютерного спорта в России.

20. Федераций компьютерного спорта России.

21. Рейтинговые системы компьютерных игр.

22. Требования к игровому компьютеру.

23. Пресс-релиз о киберспортивном соревновании.

24. Продвижение киберспортивного проекта (eSports проекта) в медиаполе.

25. Санитарно-гигиенические требования к проведению тренировочной деятельности по компьютерному спорту.

26. Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"

5.2.2. Примерный перечень вопросов к экзамену за 2 курс

1. Что понимается под термином "Техническая подготовка" ?

2. Понятие "Надежность техники" (стабильность, вариативность техники) в избранной дисциплине компьютерного спорта.

3. Что понимается под термином "Тактическая подготовка"?

4. Тактический замысел. Стратегия. Тактический план. Тактическое мышление.

5. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия в избранной дисциплине компьютерного спорта.

6. Что понимается под термином "Психологическая подготовка"?

7. Психические состояния в компьютерном спорте.

8. Что понимается под термином "Физическая подготовка"?

9. Средства и методы физической подготовки киберспортсменов.

10. Что понимается под термином "Интеллектуальная подготовка"?

11. Интеллектуальная подготовка киберспортсмена.

12. Дневник спортсмена как элемент самоконтроля подготовки киберспортсмена.

13. Техничко-тактические действия в стратегиях реального времени.

14. Техничко-тактические действия в дисциплине “Боевая арена”.

15. Техничко-тактические действия в дисциплине “Технический симулятор”.

16. Техничко-тактические действия в дисциплине “Соревновательные головоломки”.

17. Методика обучения техничко-тактическим действиям в стратегии реального времени.

18. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Боевая арена”.

19. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Технический симулятор”.

20. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”.

5.2.3. Примерный перечень вопросов к экзамену 3 курса

1. Комплексные научные группы в киберспорте.

2. Экспресс-тестирование киберспортсменов.

3. Функциональное состояние спортсмена в процессе тренировки и соревнований.

4. Функциональные пробы в компьютерном спорте.

5. Педагогический контроль в компьютерном спорте.

6. Контроль физической подготовленности киберспортсменов.

7. Специфика анализа соревновательных действий в персональных дисциплинах компьютерного спорта.

8. Специфика анализа соревновательных действий в командных дисциплинах компьютерного спорта.

9. Основные требования к ВКР

10. Структура ВКР.

11. Какие показатели используются в описательной статистике?
12. Статистический пакет Microsoft Excel.
13. Методики технической подготовки киберспортсменов в различных дисциплинах.
14. Методики тактической подготовкой киберспортсменов в различных дисциплинах.
15. Методики проведения занятий по тактической подготовке.
16. Виды психологических состояний киберспортсмена и их характеристика.
17. Психическое напряжение и перенапряжение.
18. Индивидуально-психологические особенности личности киберспортсмена.
19. Особенности средств и методов физической подготовки в компьютерном спорте.
20. Физическая работоспособность киберспортсмена.
21. Контроль за уровнем физической подготовки киберспортсменов.
22. Интеллектуальная подготовка в программе спортивной подготовки.
23. Коррекция тренировочных программ с учетом проявлений интеллектуальных личностных свойств в компьютерном спорте.
24. Цель, задачи, функции управления подготовкой киберспортсменов.
25. Критерии управления и оптимизации тренировки киберспортсменов.
26. Интерактивный ресурс методического сопровождения подготовки киберспортсменов.
27. Структура микроцикла тренировки киберспортсменов.
28. Закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке киберспортсменов.
29. Структура мезоцикла тренировки киберспортсменов.
30. Закономерности построения мезоциклов в спортивной тренировке киберспортсменов.
31. Периодизация тренировки киберспортсменов.

32. Макроциклы в спортивной тренировке киберспортсменов.

33. Сущность спортивной формы в компьютерном спорте.

34. Спортивный отбор и ориентация в компьютерном спорте.

35. Педагогические критерии спортивного отбора.

36. Прогнозирование спортивных результатов в компьютерном спорте.

5.2.4. Примерный перечень вопросов к экзамену 4 курса

1. Управленческие решения развития компьютерного спорта на примере конкретной организацией.

2. Нормативно-правовое регулирование развития компьютерного спорта.

3. Общественный контроль как элемент управления развитием киберспорта.

4. Конвенции, влияющие на развитие компьютерного спорта.

5. Обосновать программу развития компьютерного спорта в вузе.

6. Место компьютерного спорта в долгосрочных международных проектах.

7. Технологии сетевого взаимодействия учащихся на основе компьютерных игр.

8. Школьные и студенческие лиги по интеллектуальным видам спорта.

9. Образовательные программы с элементами компьютерных игр.

10. Структура и содержание программ спортивной подготовки по компьютерному спорту

11. Программа спортивной подготовки по компьютерному спорту.

12. Управляющие информационные системы в компьютерном спорте.

13. Организация проектной деятельности

14. Этапы работы над проектом в компьютерном спорте

15. Государственно-частное партнерство в компьютерном спорте.

16. Инновационные педагогические технологии в компьютерном спорте.

17. Инновационные тренировочные программы в компьютерном спорте.

18. Инновации в проведения соревнований по компьютерному спорту.

19. Виды программного обеспечения проведения соревнований по компьютерному спорту.
20. Стандарт спортивной подготовки в компьютерном спорте.
21. Инновационные педагогические решения в компьютерном спорте.
22. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки
23. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации).
24. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства.
25. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства.
26. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет).
27. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет).
28. Допинг-контроль в компьютерном спорте.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300 доп. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Великие Луки, 2014. - 324 с.

2. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика : учеб. для студентов вузов : доп. Умо по направлениям пед. образования М-ва образования и науки РФ / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - СПб.: Питер, 2014. - 620 с.: ил.

3. Гаврилова, Е.А. Спорт, стресс, вариабельность : монография / Е.А. Гаврилова. - М.: спорт, 2015. - 167 с.: ил.

4. Рассел, Д. Киберспорт / Джесс Рассел, Рональд Кон = Jess Russell, Ronald Cohn. - : VSD, 2012. - 118 с.

5. Габбазова, А.Я. Учимся играть в шахматы : учеб. пособие / А.Я. Габбазова ; М-во образования и науки РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Ульянов. гос. техн. ун-т". - 2-е изд., доп. и перераб. - Ульяновск: Изд-во УлГТУ, 2014. - 100 с

6. Олимпийское движение : история и современность : сб. ст. / [под общ. ред. В.А. Аикина] ; Олимп. ком. России, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Сиб. Олимп. акад. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2014. - 198 с

б) Дополнительная литература:

1. Айзенк Г. Парадоксы психологии / Ганс Айзенк. - М.: Эксмо, 2009. - 350 с.

2. Аншина Н. Пять олимпийских колец : интеллект. игра для учащихся 8-9-х кл. / Нина Аншина // Спорт в школе. - 2013. - № 6. - С. 36-37.

3. Коняхин А.В. Тренинг интеллектуальных способностей : задачи и упражнения / А.В. Коняхин. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 128 с.

4. Концепции современного естествознания : учеб. пособие для студентов, обучающихся по гуманитар. направлениям / Савченко Е.Л. [и др.] ;

М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 171 с.: ил.

5. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации : учеб. пособие / В.С. Макеева, В.В. Бойко. - М.: Сов. спорт, 2014. - 151 с

6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.: ил.

7. Попова, А.А. Психология и педагогика физической культуры и спорта : учеб. пособие по проведению практ. занятий / А.А. Попова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма, Каф. педагогики. - М., 2014. - 48 с.

8. Скаржинская Е.Н. Спортивная педагогика в информационном обществе / Е.Н. Скаржинская, М.А. Новоселова, А.Д. Борисов // Теория и практика физ. культуры. - 2013. - N 6. - С. 51-55.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Сайт Федерации компьютерного спорта России [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://resf.ru>. – Загл.с титл.экрана

2. Сайт Федерации компьютерного спорта г.Москвы [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://fcs.moscow>. – Загл.с титл.экрана

3. Сайт Учебного портала [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://eor.it.ru>. – Загл.с титл. экрана

4. Сайт Клуба умных игр Гамблер [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gambler.ru>. – Загл.с титл. экрана

5. Сайт Российской Шахматной Федерации [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://ruchess.ru>. – Загл.с титл.экрана

6. Сайт Федерации шашек России [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://shashki.ru>. – Загл.с титл.экрана

7. Сайт Российской Федерации Го [Электронный ресурс] – Режим

доступа: <http://gofederation.ru>. – Загл.с титл.экрана

8. Сайт Федерации Спортивного Бриджа России [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.bridgesport.ru>. – Загл.с титл.экрана

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.

○Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

○«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

○Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru

○Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ 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).

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий	В течение семестра	10
2	Тестирование по теме «Правила вида спорта «Компьютерный спорт»	5 неделя	10
3	Выступление на семинаре «Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)»	6 неделя	5
4	Выполнение практического задания №1 «Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)»	10 неделя	15
5	Презентация по теме «История избранной дисциплины компьютерного спорта»	12 неделя	5
5	Выполнение практического задания №2 «Разработка и публикация видеоматериалов для соцсетей по киберспортивному мероприятию»	26 неделя	10
6	Выполнение практического задания №3 «Разработка видеопроекта ”Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта”»	38 неделя	15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт”* для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ²	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		10
2	<i>Тестирование по теме «Правила вида спорта «Компьютерный спорт»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)»</i>		5
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)»</i>		15
5	<i>Презентация по теме «История избранной дисциплины компьютерного спорта»</i>		5
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка и публикация видеоматериалов для соцсетей по киберспортивному мероприятию»</i>		10
6	<i>Выполнение практического задания №3 «Разработка видеопроекта “Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта”»</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт”* для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной (ускоренной) формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ³	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		10
2	<i>Тестирование по теме «Правила вида спорта «Компьютерный спорт»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)»</i>		5
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)»</i>		15
5	<i>Презентация по теме «История избранной дисциплины компьютерного спорта»</i>		5
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка и публикация видеоматериалов для соцсетей по киберспортивному мероприятию»</i>		10
6	<i>Выполнение практического задания №3 «Разработка видеопроекта “Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта”»</i>		15
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», очной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ⁴	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
2	<i>Тестирование по теме «Основы психологической подготовки»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Основы технической подготовки в избранной дисциплине компьютерного спорта»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)</i>	<i>10 неделя</i>	<i>20</i>
5	<i>Презентация по теме «Дневник спортсмена»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка видеопроекта ”Методика обучения технико-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”</i>	<i>26 неделя</i>	<i>20</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ⁵	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		10
2	<i>Тестирование по теме «Основы психологической подготовки»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Основы технической подготовки в избранной дисциплине компьютерного спорта»</i>		5
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)»</i>		20
5	<i>Презентация по теме «Дневник спортсмена»</i>		5
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка видеопроекта ”Методика обучения технико-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”»</i>		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

⁵ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт”* для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной ускоренной формы обучения

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ⁶	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
2	<i>Тестирование по теме «Основы психологической подготовки»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Основы технической подготовки в избранной дисциплине компьютерного спорта»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)</i>	<i>10 неделя</i>	<i>20</i>
5	<i>Презентация по теме «Дневник спортсмена»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка видеопроекта ”Методика обучения технико-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”</i>	<i>26 неделя</i>	<i>20</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

⁶ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине *Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт”* для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ⁷	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
2	<i>Тестирование по теме «Психологическая подготовка»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Техническая подготовка в избранной дисциплине компьютерного спорта»</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов»</i>	<i>10 неделя</i>	<i>20</i>
5	<i>Презентация по теме «Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп. образование)»</i>	<i>26 неделя</i>	<i>20</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
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>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	<i>5</i>

⁷ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ⁸	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		10
2	<i>Тестирование по теме «Психологическая подготовка»</i>		10
3	<i>Выступление на семинаре «Техническая подготовка в избранной дисциплине компьютерного спорта»</i>		5
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов»</i>		20
5	<i>Презентация по теме «Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс»</i>		5
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп. образование)»</i>		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

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

– 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

⁸ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», заочной ускоренной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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	Максимальное кол-во баллов
---	--	---------------------------------	----------------------------

		обучения (в неделях) ⁹	
1	Посещение занятий		10
2	Тестирование по теме «Психологическая подготовка»		10
3	Выступление на семинаре «Техническая подготовка в избранной дисциплине компьютерного спорта»		5
4	Выполнение практического задания №1 «Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов»		20
5	Презентация по теме «Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс»		5
5	Выполнение практического задания №2 «Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп. образование)»		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

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

– 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

⁹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», очной формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*

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) ¹⁰	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
2	<i>Тестирование по теме «Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)»</i>	<i>5 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Особенности подготовки</i>	<i>6 неделя</i>	<i>5</i>

¹⁰ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	<i>киберспортсменов в юношеском возрасте»</i>		
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”»</i>	<i>10 неделя</i>	<i>20</i>
5	<i>Презентация по теме «Допинг в компьютерном спорте»</i>	<i>12 неделя</i>	<i>5</i>
5	<i>Выполнение практического задания №2 «Интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”»</i>	<i>26 неделя</i>	<i>20</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», зочной формы обучения

V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*
 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)¹¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Посещение занятий</i>		<i>10</i>
2	<i>Тестирование по теме «Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)»</i>		<i>20</i>
3	<i>Выступление на семинаре «Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте»</i>		<i>10</i>
4	<i>Выполнение практического задания №1 «Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”»</i>		<i>30</i>
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

¹¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

№	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

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания

**4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура»,
профиля «Спортивная подготовка», зочной ускоренной формы обучения**

VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.
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)¹²	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий		10
2	Тестирование по теме «Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)»		10
3	Выступление на семинаре «Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте»		5
4	Выполнение практического задания №1 «Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”»		20
5	Презентация по теме «Допинг в компьютерном спорте»		5
5	Выполнение практического задания №2 «Интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”»		20
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

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

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

¹² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

– 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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта “Компьютерный спорт” для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиля «Спортивная подготовка», зочной формы обучения

VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.*
 Сроки изучения дисциплины: *9-10 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) ¹³	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий		10
2	Опрос по теме «Допинг в компьютерном спорте»		20
5	Презентация по теме «Допинг в компьютерном спорте»		10
5	Выполнение практического задания №2 «Интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”»		30
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

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

– 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

¹³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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 теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных
видов спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.Б.20 Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный
спорт)»**

(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, заочная*
Год набора 2014 г.

Москва – 2017 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 38 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1-8.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить освоение 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.

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-3	<p><i>способность 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</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – принципы и методы обучения в компьютерном спорте; – медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки; – требования стандартов спортивной подготовки в компьютерном спорте к проведению занятий с данным 	4		4

	контингентом.		
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>–применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>–разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в компьютерном спорте в дисциплинах “Соревновательная головоломка”, “Стратегия в реальном времени”, с учетом особенностей занимающихся в группах начальной подготовки и требований образовательных стандартов по современному пятиборью.</p>		
	<p><i>Знать:</i></p> <p>–основы теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>–принципы и методы обучения в компьютерном спорте;</p> <p>–медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся на тренировочном этапе многолетней подготовки киберспортсменов;</p> <p>требования стандартов спортивной подготовки к проведению занятий с данным контингентом.</p>	6	7
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>–применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в дисциплинах компьютерного спорта “Боевая арена”, “Технический симулятор” с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>		
	<p><i>Знать:</i></p> <p>–основы теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>–принципы и методы обучения;</p> <p>–медико-биологические и психолого-педагогические особенности различных категорий занимающихся;</p> <p>требования стандартов спортивной подготовки.</p>	7	8
	<p><i>Уметь:</i></p> <p>–применять в профессиональной деятельности положения дидактики, теории и методики физической культуры и спорта;</p> <p>разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в компьютерном спорте с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов.</p>		
ОПК-6	<i>Способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного</i>	1	1

	<p><i>пола и возраста</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы разностороннего развития занимающихся средствами компьютерного спорта; 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе подготовки спортсменов в компьютерном спорте; – особенности протекания восстановления при занятиях различными видами компьютерного спорта. 	8		9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок. 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – планированием восстановительных мероприятий в тренировочном процессе киберспортсменов 			
ОПК-8	<p><i>Способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – эволюцию правил вида спорта ”Компьютерный спорт”; – судейскую терминологию при проведении соревнований; – основные требования к спортивному инвентарю. 	1		1
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – правила вида спорта ”Компьютерный спорт”; – 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		3
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать и проводить соревнования различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований 			
ОПК-11	<p><i>Способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основы научно-методической деятельности в компьютерном спорте; – апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и 	3		3

	спорта.			
	<i>Уметь:</i> выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	1		1
	<i>Знать:</i> – методы научного анализа и обработки результатов исследований	4		4
	<i>Уметь:</i> – применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта; – применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований			
	<i>Уметь:</i> – интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности	6		6
	<i>Уметь:</i> – проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы	8		9
	<i>Владеть:</i> – методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.			
ПК-8	<i>Способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта</i> <i>Знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1		1
	<i>Уметь:</i> – использовать на занятиях по компьютерному спорту знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования в профессиональной деятельности.			
	<i>Владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в компьютерном спорте с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки;			

	<ul style="list-style-type: none"> – современными технологиями тренировки в компьютерном спорте; умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности. 			
ПК-9	<p><i>Способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у обучающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> психологическую характеристику деятельности в компьютерном спорте 	4		4
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции 	5		5
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции. 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирования мотивации к занятиям компьютерным спортом 	8		9
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта, в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям компьютерным спортом 			
<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умением формировать мотивацию к занятиям компьютерным спортом 				
ПК-10	<p><i>Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; – методики отбора и спортивной ориентации в компьютерном спорте; – современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся. 	6		7
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 компьютерном спорте.			
ПК-11	<i>Способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта</i> <i>Знать:</i> теоретические основы программирования процесса обучения в современном пятиборье	3		3
	<i>Уметь:</i> – составлять обучающие программы по дисциплинам компьютерного спорта			
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по дисциплинам компьютерного спорта в соответствии с тренировочным этапом многолетней подготовки пятиборцев	6		7
	<i>Уметь:</i> – составлять типовые недельные и дневные циклы подготовки по дисциплинам компьютерного спорта в соответствии с этапом совершенствования спортивного мастерства	7		8
ПК-13	<i>Способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию</i> <i>Знать:</i> – содержание и организацию педагогического контроля в компьютерном спорте; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена	7		8
	<i>Уметь:</i> – формировать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.			
	<i>Владеть:</i> – актуальными для компьютерного спорта технологиями управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			
ПК-14	<i>Способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</i> <i>Знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в компьютерном спорте; – средства и методы физической, технической и тактической подготовки в компьютерном спорте	5		6

	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий; – в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений (в том числе игровой моделью), технико-тактические действия 			
ПК-15	<p><i>Способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности; – эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки. 	7		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; – сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности 			
ПК-26	<p><i>Способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – санитарно-гигиенические нормы; – функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки 	1		1
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять качественный уход за применяемым в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем; – выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками безопасной и эффективной работы, качественного ухода за оборудованием и инвентарем 			
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – технологии составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем. 	4		4
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентаря, оборудования 			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки 			
ПК-28	<p><i>научно-исследовательская деятельность: способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</i></p> <p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – основные актуальные вопросы в сфере физической 	2		2

	культуры и спорта; – принципы организации и проведения научно-исследовательских работ			
	<i>Уметь:</i> – планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в компьютерном спорте с использованием апробированных методик			
	<i>Владеть:</i> – навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в компьютерном спорте			
ПК-30	<i>Способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности</i> <i>Знать:</i> – методологии исследовательской деятельности в компьютерном спорте	4		4
	<i>Уметь:</i> – проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов исследования; – использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.	6		7
	<i>Владеть:</i> – опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности	8		9

5.Краткое содержание дисциплины (модуля): Теория и методика избранного вида спорта (компьютерный спорт)

Очная форма обучения

Таблица 15.

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(1 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	

1	2	3	5	6	7	8	9
	11,5зе Всего за семестр 1 5,5 з.е. 198 ч. Всего за семестр 2 6 з.е. 216 ч.		18	90	90	-	
			18	54	135	9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	10	50	50		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	8	8		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный спорт”	1	2	8	8		
1.3	Модуль 1.3. Организационно-правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	2	6	6		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)	1	2	10	10		
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)	1	2	18	18		
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	8	40	40		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	2	8	8		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	10	10		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта)	1	2	10	10		

	в системе международного и российского спортивного движения						
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	2	12	12		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	18	54	135		
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	2	8	20		
3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортизированных компьютерных игр производителями игр	2	8	18	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	2	4	20		
3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	2	4	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья на киберспортивных мероприятиях	2	2	4	20		
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопроекта "Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта"	2	2	16	35		
	Итого часов		36	144	225	9	Экзамен

Таблица 16.

**Тематический план для студентов
заочной формы обучения
(1 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	8,5зе Установ.сессия Л-4 ч. Всего за семестр 1 Зимняя сессия 154 ч Всего за семестр 2 Летняя сессия 152 ч.		4 2 2	- 8 8	- 140 133	- - 9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	4	4	70		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.3	Модуль 1.3. Организационно-правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	-	-	20		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения соревнований (АОС)	1	-	2	20		
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и проведения	1	-	2	30		

	соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)						
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	2	4	70		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	-	-	10		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	-	20		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта) в системе международного и российского спортивного движения	1	-	2	20		
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	-	2	20		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	2	8	133	9	
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	-	2	20		
3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортизированных компьютерных игр производителями игр	2	2	2	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	-	-	20		
3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	-	-	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья на киберспортивных	2	-	-	20		

	мероприятиях						
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопроекта ”Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта”	2	-	4	33		
	Итого часов		8	16	273	9	Экзамен

**Тематический план для студентов
ускоренной заочной формы обучения
(1 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	8,5зе Установ.сессия Л-4 ч. Всего за семестр 1 Зимняя сессия 154 ч Всего за семестр 2 Летняя сессия 152 ч.		4 2 2	- 8 8	- 140 133	- - 9	
1	Раздел 1. Компьютерный спорт. Киберспортивные игры	1	4	4	70		
1.1	Модуль 1.1. Введение в специализацию “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.2	Модуль 1.2. Правила вида спорта “Компьютерный спорт”	1	2	-	-		
1.3	Модуль 1.3. Организационно-правовые аспекты проведения киберспортивных турниров	1	-	-	20		
1.4	Модуль 1.4. Автоматизированные онлайн-системы проведения	1	-	2	20		

	соревнований (АОС)						
1.5	Модуль 1.5. Разработка модели организации и проведения соревнований по компьютерному спорту (киберспорту)	1	-	2	30		
2	Раздел 2. История становления и развития компьютерного спорта	1	2	4	70		
2.1	Модуль 2.1. Информационное общество	1	-	-	10		
2.2	Модуль 2.2. История становления и развития компьютерного спорта (кибеспорта)	1	2	-	20		
2.3	Модуль 2.3. Место компьютерного спорта (киберспорта) в системе международного и российского спортивного движения	1	-	2	20		
2.4	Модуль 2.4. Рейтинговые системы компьютерных игр	1	-	2	20		
3	Раздел 3. Информационное и техническое сопровождение компьютерного спорта	2	2	8	133	9	
3.1	Модуль 3.1. Архитектура игровых компьютеров	2	-	2	20		
3.2	Модуль 3.2. История создания, разработка и продвижение спортизированных компьютерных игр производителями игр	2	2	2	20		
3.3	Модуль 3.3. Информационное сопровождение соревнований	2	-	-	20		

3.4	Модуль 3.4. Продвижение киберспортивного проекта в медиаполе	2	-	-	20		
3.5	Модуль 3.5. Безопасность и сохранность здоровья на киберспортивных мероприятиях	2	-	-	20		
3.6	Модуль 3.6. Разработка видеопрокта ”Анализ игровых ситуаций в избранной дисциплине компьютерного спорта”	2	-	4	33		
	Итого часов		8	16	273	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(2 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	9,5зе Всего за семестр 3 4 з.е. 144 ч. Всего за семестр 4 5,5 з.е. 198 ч.		18 14	72 72	54 103	- 9	
4	Раздел 4. Основы спортивной подготовки	3	18	72	54		
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2	4	4		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3	2	4	6		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3	2	8	6		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3	2	8	6		
4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3	2	8	6		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	8	6		
4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3	2	8	6		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3	2	8	6		

4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопроекта ” Основы технико- тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)	3	2	16	8		
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	14	72	103	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы техничко-тактических действий в технических симуляторах	4	-	8	5		
5.2	Модуль 5.2. Основы техничко-тактических действий в соревновательных головоломках	4	-	8	8		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико- тактических действий в спортизированных компьютерных играх от производителей игр	4	6	12	10		
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения техничко-тактическим действиям в стратегии реального времени	4	2	8	10		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения техничко-тактическим действиям в боевой арене	4	2	8	10		
5.6	Модуль 5.6. Методика обучения техничко-тактическим действиям в техническом симуляторе	4	2	8	20		
5.7	Модуль 5.7. Методика обучения техничко-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4	2	4	20		

5.8	Модуль 5.8. Разработка видеопроекта ”Методика обучения техничко-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”	4	-	16	20		
Итого часов			36	144	225	9	Экзамен

Таблица 19.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(2 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	12зе Всего за семестр 3 178 ч. Всего за семестр 4 254 ч.		4	14	160	-	
			4	16	225	9	
4	Раздел 4. Основы спортивной подготовки	3	4	14	160		
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2		20		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3		2	20		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3		2	20		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3		2	20		

4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3		2	20		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	2	20		
4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3		2	10		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3		2	10		
4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)	3		2	20		
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	4	16	225	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы технико-тактических действий в технических симуляторах	4	2	2	30		
5.2	Модуль 5.2. Основы технико-тактических действий в соревновательных головоломках	4		2	30		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико-тактических действий в спортизированных компьютерных играх от производителей игр	4		2	30		
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения технико-тактическим действиям в стратегии реального времени	4		2	30		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения технико-тактическим действиям в боевой арене	4	2	2	30		
5.6	Модуль 5.6.	4		2	20		

	Методика обучения технико-тактическим действиям в техническом симуляторе						
5.7	Модуль 5.7. Методика обучения технико-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4		2	20		
5.8	Модуль 5.8. Разработка видеопроекта ”Методика обучения технико-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”	4		2	35		
	Итого часов		8	30	385	9	Экзамен

Таблица 20.

Тематический план для студентов заочной ускоренной формы обучения (2 курс)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	12зе Всего за семестр 3 178 ч. Всего за семестр 4 254 ч.		4	14	160	-	
			4	16	234	9	
4	<i>Раздел 4. Основы спортивной</i>	3	4	14	160		

	ПОДГОТОВКИ						
4.1	Модуль 4.1. Основы технической подготовки	3	2		20		
4.2	Модуль 4.2. Основы тактической подготовки	3		2	20		
4.3	Модуль 4.3. Основы психологической подготовки	3		2	20		
4.4	Модуль 4.4. Основы физической подготовки	3		2	20		
4.5	Модуль 4.5. Основы интеллектуальной подготовки	3		2	20		
4.6	Модуль 4.6. Дневник спортсмена	3	2	2	20		
4.7	Модуль 4.7. Основы технико-тактических действий в стратегии реального времени	3		2	10		
4.8	Модуль 4.8. Основы технико-тактических действий в боевой арене	3		2	10		
4.9	Модуль 4.9. Разработка видеопроекта ” Основы технико-тактических действий” (на примере дисциплин “Боевая арена”, ”Стратегия реального времени”)	3		2	20		
5	Раздел 5. Основы методики обучения	4	4	16	234	9	
5.1	Модуль 5.1. Основы технико-тактических действий в технических симуляторах	4	2	2	30		
5.2	Модуль 5.2. Основы технико-тактических действий в соревновательных головоломках	4		2	30		
5.3	Модуль 5.3. Методики обучения основам технико-тактических действий в спортизированных	4		2	30		

	компьютерных играх от производителей игр						
5.4	Модуль 5.4. Методика обучения технико-тактическим действиям в стратегии реального времени	4		2	30		
5.5.	Модуль 5.5. Методика обучения технико-тактическим действиям в боевой арене	4	2	2	30		
5.6	Модуль 5.6. Методика обучения технико-тактическим действиям в техническом симуляторе	4		2	25		
5.7	Модуль 5.7. Методика обучения технико-тактическим действиям в дисциплине “Соревновательные головоломки”	4		2	24		
5.8	Модуль 5.8. Разработка видеопроекта ”Методика обучения технико-тактическим действиям в избранной дисциплине компьютерного спорта”	4		2	35		
	Итого часов		8	30	394	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(3 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	8,5зе Всего за семестр 5 3,5 з.е. 126 ч. Всего за семестр 6 5,0 з.е. 180 ч.		18 18	58 58	50 95	- 9	
6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте						
		5	18	58	50		
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2	4	4		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2	4	4		
6.3	Модуль 6.3. Техническая подготовка	5	2	4	4		
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5	2	4	6		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5	2	4	6		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5	2	6	6		
6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в	5	2	8	6		

	компьютерном спорте						
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки киберспортсменов	5	2	8	6		
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов	5	2	16	8		
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6	10	24	35	9	
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6	2	8	5		
7.2	Модуль 7.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	6		8	5		
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6	2	12	5		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6	2	8	5		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6	2	8	5		
7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6	2	8	10		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте		8	34	60		
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного процесса	6	2	16	10		
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального	6		16	10		

	состояния						
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2	16	10		
8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6	2	16	10		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной квалификационной работы	6		16	10		
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп. образование)	6	2	16	10		
	Итого часов		36	116	145	9	Экзамен

Таблица 22.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(3 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	8 зе						
	Всего за семестр 5 138 ч.		4	14	120	-	
	Всего за семестр 6 141 ч.		4	18	119	9	

6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте	5					
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2		24		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2		24		
6.3	Модуль 6.3. Техническая подготовка	5		4	24		
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5		4	26		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5		4	26		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5		2	26		
6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в компьютерном спорте	5			26		
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки киберспортсменов	5			26		
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов	5			28		
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6					
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6			25		
7.2	Модуль 7.2.	6			25		

	Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)						
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6			25		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6			25		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6			25		
7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6			20		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте						
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного процесса	6	2	4	20		
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального состояния	6		4	20		
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2		20		
8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6		4	20		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной квалификационной работы	6		2	10		
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп.образование)	6		4	10		
	Итого часов		8	32	239	9	Экзамен

**Тематический план для студентов заочной ускоренной формы
обучения
(3 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	7 зе Всего за семестр 5 138 ч. Всего за семестр 6 114 ч.		4 4	14 16	120 85	- 9	
6	Раздел 6. Спортивная подготовка в компьютерном спорте	5					
6.1	Модуль 6.1. Физическая подготовка	5	2		24		
6.2	Модуль 6.2. Психологическая подготовка	5	2		24		
6.3	Модуль 6.3. Техническая подготовка	5		4	14		
6.4	Модуль 6.4. Тактическая подготовка	5		4	16		
6.5	Модуль 6.5. Интеллектуальная подготовка	5		4	16		
6.6	Модуль 6.6. Дневник спортсмена на различных этапах спортивной подготовки	5		2	16		

6.7	Модуль 6.7. Управление подготовкой спортсменов в компьютерном спорте	5			16		
6.8	Модуль 6.8. Компьютерное обеспечение подготовки киберспортсменов	5			16		
6.9	Модуль 6.9. Разработка интерактивных ресурсов методического сопровождения подготовки киберспортсменов	5			18		
7	Раздел 7. Структура спортивной тренировки	6					
7.1	Модуль 7.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)	6		8	15		
7.2	Модуль 7.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)	6		8	15		
7.3	Модуль 7.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов)	6		12	15		
7.4	Модуль 7.4. Подготовка киберспортсмена как многолетний процесс	6		8	15		
7.5.	Модуль 7.5. Спортивный отбор и ориентация	6		8	15		
7.6	Модуль 7.6. Прогнозирование спортивных результатов	6		8	10		
8	Раздел 8. Научно-исследовательская деятельность в компьютерном спорте						
8.1	Модуль 8.1. Научное сопровождение тренировочного	6	2		15		

	процесса						
8.2	Модуль 8.2. Диагностика функционального состояния	6		4	10		
8.3	Модуль 8.3. Средства и методы педагогического контроля	6	2		10		
8.4	Модуль 8.4. Компьютерные технологии обработки научных данных	6		4	10		
8.5	Модуль 8.5. Подготовка выпускной квалификационной работы	6		4	10		
8.6	Модуль 8.6. Разработка программы подготовки киберспортсменов для разных возрастных групп в годичном цикле (ДЮСШ, Доп.образование)	6		4	20		
	Итого часов		8	30	205	9	Экзамен

**Тематический план для студентов очной формы обучения
(4 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт-роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	8,5зе Всего за семестр 7 5,25 з.е. 189 ч. Всего за семестр 8 3,25 з.е. 108 ч.		18 18	62 58	109 32	- 9	
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7	10	30	50		
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	4	8	12		
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)	7	2	8	13		
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7	2	8	13		

9.4	Модуль 9.4. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе высшего спортивного мастерства	7	2	6	12		
10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7	8	32	59		
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7	2	8	14		
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет)	7	2	8	14		
10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7	2	8	14		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7	2	8	17		
11	Раздел 11. Управленческие основы развития компьютерного спорта	8	10	24	16	9	
11.1	Модуль 11.1. Нормативная документация спортивной подготовки	8	4	6	4		
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно-	8	2	6	4		

	частное партнерство						
11.3	Модуль 11.3. Нормативно- правовые решения развития компьютерного спорта	8	2	6	4		
11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	8	2	6	4		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте		8	34	16		
12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований в компьютерном спорте	8	2	8	4		
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	8	2	8	4		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	8	2	8	4		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	8	2	10	4		
	Итого часов		36	120	141	9	Экзамен

Таблица 25.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(4 курс)**

№	Раздел	СМ	С	ПР	Виды учебной работы,
---	--------	----	---	----	----------------------

	дисциплины (модуля)		включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	5 зе Всего за семестр 7 128 ч. Всего за семестр 8 52 ч.		4 2	14 6	110 35	- 9	
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7					
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	2		12		
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)	7	2		13		
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7		4	13		
9.4	Модуль 9.4. Планирование и кон- троль процесса спор- тивной подготовки на этапе на этапе высшего спортивного мастерства	7		4	12		

10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7					
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7		4	14		
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в юношеском возрасте (16-17 лет)	7		2	14		
10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7			14		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7			17		
	Итого часов		6	20	145	9	Экзамен

Таблица 26.

**Тематический план для студентов заочной ускоренной формы
обучения
(4 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточно й аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	

1	2	3	5	6	7	8	9
	10,25 зе Всего за семестр 7 369 ч.		4	14	342	9	
9	Раздел 9. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки	7					
9.1	Модуль 9.1. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе начальной подготовки	7	2		22		
9.2	Модуль 9.2. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе (спортивной специализации)	7		2	23		
9.3	Модуль 9.3. Планирование и контроль процесса спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства	7		2	23		
9.4	Модуль 9.4. Планирование и кон- троль процесса спор- тивной подготовки на этапе на этапе высшего спортивного мастерства	7		2	22		
10	Раздел 10. Особенности подготовки киберспортсменов в различных возрастных группах	7					
10.1	Модуль 10.1. Особенности подготовки киберспортсменов в подростковом возрасте (13-15 лет)	7		2	14		
10.2	Модуль 10.2. Особенности подготовки киберспортсменов в	7			14		

	юношеском возрасте (16-17 лет)						
10.3	Модуль 10.3. Особенности подготовки киберспортсменов в юниорском возрасте (18-21 лет)	7			24		
10.4	Модуль 10.4. Интерактивная презентация “Планирование и контроль процесса спортивной подготовки”	7			37		
11	Раздел 11. Управленческие основы развития компьютерного спорта	8					
11.1	Модуль 11.1. Нормативная документация спортивной подготовки	8		2	24		
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно-частное партнерство	8		2	24		
11.3	Модуль 11.3. Нормативно-правовые решения развития компьютерного спорта	8			24		
11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	8			24		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте						
12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и	8	2		24		

	проведению соревнований в компьютерном спорте						
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	8			24		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	8			34		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	8			34		
	Итого часов		4	14	342	9	Экзамен

Таблица 27.

**Тематический план для студентов заочной формы обучения
(5 курс)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек.	Сем.	СРС	Конт- роль	
1	2	3	5	6	7	8	9
	4,5зе Всего за семестр 7 48 ч. Всего за семестр 8 114 ч.		4	14	30	-	
			4	14	87	9	
11	<i>Раздел 11.</i> Управленческие основы развития компьютерного спорта	9					
11.1	Модуль 11.1.	9	2	4	12		

	Нормативная документация спортивной подготовки						
11.2	Модуль 11.2. Управленческий опыт государственных, общественных и частных организаций. Государственно-частное партнерство	9	2	2	10		
11.3	Модуль 11.3. Нормативно-правовые решения развития компьютерного спорта	9		4	4		
11.4	Модуль 11.4. Управленческие решения совмещения компьютерного спорта и образовательных программ	9		4	4		
12	Раздел 12. Инновации в компьютерном спорте						
12.1	Модуль 12.1. Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований в компьютерном спорте	10	2	2	30		
12.2	Модуль 12.2. Проектные решения развития компьютерного спорта	10	2	2	20		
12.3	Модуль 12.3. Противодействие применению допинга	10		6	20		
12.4	Модуль 12.4. интерактивная презентация “Инновационные подходы к подготовке и проведению соревнований”	10		4	17		
	Итого часов		36	120	141	9	Экзамен

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТИМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)»

(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 ускоренная*
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
(наименование)
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
(наименование)
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Составитель:

Осадченко Людмила Федоровна, доцент кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Чурсин Виктор Андреевич, доцент кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Леонтьева Екатерина Изосимовна, старший преподаватель кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) ТiМ избранного вида спорта (конькобежный спорт) является:

- обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию конькобежного спорта как национального средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения и как одного из популярных в России зимнего олимпийского вида спорта;
- подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в конькобежном спорте;
- 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 конькобежцев;
- готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием конькобежной подготовки для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека;
- владение 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.

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура (уровень бакалавриата)».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина, её изучение наиболее тесно связано и опирается прежде всего на дисциплины профессионального цикла «Конькобежный спорт» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся конькобежным спортом, включая ветеранов. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе конькобежной подготовки, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Специфика данной дисциплины обусловлена еще и подготовкой выпускника к профессиональной деятельности в основном в естественных, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных природных условиях.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, соответствующие требованиям к поступающим (абитуриентам).

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	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> - принципы и методы обучения;		-	2
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта;		-	3-4
	<i>Знать:</i> - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.		-	6
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики подготовки высококвалифицированных конькобежцев;		-	7
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;		-	2
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.		-	4
	<i>Уметь:</i> - составлять план-конспекты тренировочных занятий по конькобежному спорту.			6
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать тренировочные планы подготовки различных типов для спортсменов в конькобежном спорте.		-	88
	<i>Владеть:</i> - навыками применения 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.		-	2
	<i>Владеть:</i> - навыками применения основных закономерностей спортивной тренировки в конькобежном спорте.		-	6
	<i>Владеть:</i> - навыками построения различных циклов подготовки высококвалифицированных конькобежцев (спринтеров, стайеров и шорт-трековиков).		-	8
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной		-	1

	направленности с лицами различного пола и возраста.			
	<i>Знать:</i> - организационно-методические основы занятий конькобежным спортом для различных групп населения.		-	3
	<i>Уметь:</i> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при разработке планов тренировочных занятий с лицами различного пола и возраста.		-	1
	<i>Уметь:</i> - применять организационно-методические основы занятий конькобежным спортом для различных групп населения при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.		-	3
	<i>Владеть:</i> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.		-	3
ОПК-8	<i>Знать:</i> - основные положения правил соревнований по конькобежному спорту; - документы планирования и проведения соревнований;		-	1
	<i>Знать:</i> - виды и характер соревнований; - возрастные категории; - дистанции и программы соревнований; - состав судейской коллегии и обязанности судей; - составление забегов, жеребьевка.		-	3
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.		-	5
	<i>Знать:</i> - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные изменения правил по конькобежному спорту и перспективы совершенствования программ соревнований.		-	7
	<i>Уметь:</i> - осуществлять объективное судейство соревнований;		-	1
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований;		-	5
	<i>Владеть:</i> - навыками составления документов планирования и проведения соревнований различного уровня;		-	1
	<i>Владеть:</i> - навыкам проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований в секретариате.		-	5-6
	<i>Владеть:</i> - навыками организации соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований на различных судейских позициях.		-	7

ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.		-	5
	<i>Уметь:</i> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;		-	5
	<i>Владеть:</i> - методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.		-	5
ПК-8	<i>Знать:</i> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта;		-	7
	<i>Уметь:</i> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;		-	7
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта;		-	7
ПК-9	<i>Знать:</i> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.		-	4
ПК-10	<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
ПК-11	<i>Знать:</i> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;		-	4
	<i>Знать:</i> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса.		-	8
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий.		-	4
	<i>Уметь:</i> - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).		-	8
	<i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и		-	4

	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>Владеть:</i> - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;		-	8
ПК-13	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта;		-	6
	<i>Уметь:</i> - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.		-	6
	<i>Владеть:</i> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.		-	6
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;		-	1
	<i>Знать:</i> - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.		-	4
	<i>Уметь:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.		-	2
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;		-	4
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.		-	4
ПК-15	<i>Уметь:</i> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.		-	6
	<i>Владеть:</i> - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности;		-	6
ПК-26	<i>Знать:</i> - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;		-	1
	<i>Знать:</i> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - методы составления финансовых документов.		-	3
	<i>Уметь:</i> - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;		-	1

	<i>Уметь:</i> - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;		-	3
	<i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.		-	1
	<i>Владеть:</i> - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.		-	3
ПК-28	<i>Знать:</i> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента.		-	5
	<i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников;		-	5
	<i>Владеть:</i> - основами организации и проведения научно-исследовательских работ;		-	7-8
ПК-30	<i>Знать:</i> - принципы организации научного исследования;		-	5
	<i>Владеть:</i> - опытом научного анализа научных данных в практической деятельности.		-	5
	<i>Владеть:</i> - опытом применения научных данных в практической деятельности.		-	7-8

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 14 зачетных единиц, 504 академических часов.

заочная ускоренная 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	
1	Раздел 1. Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I	2	6	78		
2	1.1 Введение в специальность		2		16		
3	1.2 Эволюция системы соревнований по конькобежному спорту			2	16		
4	1.3 Определение и общая характеристика коньков, катков и упражнений на коньках. Скоростной бег на коньках и шорт-трек			2	16		
5	1.4 Организационная структура конькобежного спорта в России			2	16		
6	1.5 Спортивные достижения национальной сборной команды по конькобежному спорту				14		
7	Раздел 2. История конькобежного спорта	I	4	6	80		
8	2.1 Общая краткая история возникновения и развития конькобежного спорта		2	4	40		
9	2.2 Современная история развития скоростного бега на коньках и		2	2	40		

	шорт-трека						
10	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	I		4	80		
11	3.1 Катки, их оборудование и инвентарь. Заливка льда и разметка дорожек				30		
12	3.2 Спортивный инвентарь и экипировка конькобежцев			2	30		
13	3.3 Меры безопасности и предупреждение травматизма и заболеваний при занятиях конькобежным спортом			2	20		
14	Раздел 4. Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека	I	2	8	90		
15	4.1 Теоретические основы техники скоростного бега на коньках		2		24		
16	4.2 Биомеханические основы техники бега на коньках			2	24		
17	4.3 Техника бега по прямой			2	24		
18	4.4 Техника бега по повороту	II		2	10		
19	4.5 Техника бега со старта			2	8		
20	Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники бега на коньках	II	4	6	80		
21	5.1 Методика обучения технике бега на коньках		2		16		
22	5.2 Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой		2		16		
23	5.3 Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту			2	16		
24	5.4 Методика обучения и совершенствования техники бега со старта и технике торможения			2	16		
25	5.5 Подвижные игры для обучения и совершенствования техники бега на коньках			2	16		
26	Раздел 6. Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту	II	2	2	63		
27	6.1 Классификация соревнований		2		20		
28	6.2 Документы планирования и организация проведения соревнований			2	20		
29	6.3 Требования к участникам соревнований				18		
30	6.4 Подведение итогов соревнований				5		

31	Экзамен	II				9	Экзамен
Итого часов:			12	32	471	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).

Примерный перечень вопросов к экзамену для студентов I курса

1. Место и роль конькобежного спорта в современной системе физического воспитания, в физкультурном и спортивном движении.
2. Определение, классификация и общая характеристика конькобежного спорта, коньков, катков и физических упражнений на коньках.
3. Скоростной бег на коньках: определение, цель и задачи, катки, возрастные группы, спортивный инвентарь и экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции и многоборья, рекорды. Организация учебно-тренировочного процесса в скоростном беге на коньках в Российской Федерации.
4. Простое катание на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и экипировка занимающихся, основные правила проведения занятий, организация занятий простым катанием на коньках.
5. Устройство катков и конькобежных дорожек. Естественные и искусственные, открытые и закрытые, равнинные и горные, стандартные и нестандартные катки для скоростного бега на коньках.

6. Коньки и ботинки для простого катания и скоростного бега на коньках, основные требования к ним. Технология крепления конька к ботинку. Основные требования к экипировке занимающихся.
7. Марафонский бег как разновидность скоростного бега на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции, рекорды. Организация занятий марафонским бегом на коньках в Российской Федерации.
8. Охарактеризуйте оздоровительное и воспитательное значение занятий конькобежным спортом и простым катанием на коньках.
9. Краткая характеристика технологии подготовки и заливки льда на катках для простого катания и скоростного бега на коньках.
10. Заливка льда на катках: машины, механизмы и приспособления для заливки льда. Общие требования к подготовке катков для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований.
11. Современное состояние развития конькобежного спорта в Российской Федерации (с 1992г.): основные статистические показатели, состояние, тенденции и перспективы развития скоростного бега на коньках, успехи российских конькобежцев на международной арене.
12. Организационная структура конькобежного спорта в Российской Федерации: структура, основные цели и задачи общественных органов управления конькобежным спортом в стране. Финансирование. Управление.
13. Союз конькобежцев России: основные цели и задачи, организационная структура, деятельность и принятие решений, контроль и управление, хозяйственная и коммерческая деятельность, финансирование, взаимосвязь в работе с государственными и общественными спортивными организациями.
14. Шорт-трек как разновидность скоростного бега на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и

экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции и многоборья, рекорды. Организация учебно-тренировочного процесса в шорт-треке в Российской Федерации.

15. Федерация шорт-трека России: основные цели и задачи, организационная структура деятельность и принятие решений, контроль и управление, хозяйственная и коммерческая деятельность, финансирование, взаимосвязь в работе с государственными и общественными спортивными организациями.
16. Основные этапы развития конькобежного спорта в СССР. Участие советских конькобежцев в чемпионатах Европы, мира и в зимних Олимпийских играх. Основные достижения советских конькобежцев.
17. Современное состояние развития шорт-трека в Российской Федерации (с 1996г.) география, основные статистические показатели, состояние, тенденции и перспективы развития шорт-трека, достижения российских шорт-трековиков на международной арене.
18. Международный союз конькобежцев (ИСУ): цель и задачи его деятельности, организационная структура, основные принципы работы, финансовая деятельность ИСУ.
19. Современная география и основные проблемы и перспективы развития шорт-трека на международной арене. Деятельность Международного союза конькобежцев по развитию шорт-трека.
20. Основные исторические предпосылки и создание Международного союза конькобежцев (ИСУ). Чемпионаты Европы и мира, зимние Олимпийские игры.
21. Современная география и основные проблемы развития скоростного бега на коньках на международной арене. Деятельность Международного союза конькобежцев по развитию скоростного бега на коньках.
22. Основные вопросы организации и проведения соревнований по шорт-треку. Проводящие организации, их права и обязанности по подготовке и

- проведению соревнований. Общие вопросы организации антидопингового контроля.
23. Правила соревнований по скоростному бегу на коньках: качественный и количественный состав судейской коллегии и обслуживающего персонала, их комплектация и утверждение. Основные права и обязанности главного судьи, его заместителей, стартера, старшего судьи на финише, судьи на переходе, судей-хронометристов.
 24. Основные вопросы организации и проведения соревнований по скоростному бегу на коньках. Проводящие организации, их права и обязанности по подготовке и проведению соревнований. Антидопинговый контроль (общие вопросы его организации).
 25. Календарь спортивно-массовых мероприятий по скоростному бегу на коньках и шорт-треку. Основные вопросы и уровни планирования (всероссийский, территориальный ведомственный и т.д.).
 26. Правила соревнований по шорт-треку: правила бега, наказания при их нарушении, процедура принятия старта. Процедура составления стартовых протоколов предварительных и последующих квалификационных кругов, жеребьевка порядка старта.
 27. Правила соревнований по шорт-треку: качественный и количественный состав судейской коллегии и обслуживающего персонала, их комплектация и утверждение. Основные права и обязанности главного судьи, его заместителей, стартера, судей-хронометристов, судей на финише, стюарда (главного секретаря) соревнований.
 28. Основные виды и формы документации по подготовке и проведению соревнования по подготовке и проведению соревнований по скоростному бегу на коньках: заявки, анкеты и списки участников, списки по группам, протокол жеребьевки, стартовый протокол, личная карточка участника, протоколы результатов. Отчет главного судьи соревнования.
 29. Положение о соревновании как основной регламентирующий документ по организации и проведению соревнования. Его структура, цель и

- задачи, краткое содержание основных разделов положения о соревновании. Утверждение. Контроль за исполнением.
30. Основные виды и формы документации по подготовке и проведению соревнований по шорт-треку: заявки, анкеты и списки участников, списки по группам (рейтинг мест), протокол жеребьевки, стартовый протокол, протоколы результатов и др. Отчет главного судьи соревнований.
 31. Основные положения и порядок проведения заседаний судейской коллегии и жеребьевки порядка старта участников соревнований в скоростном беге на коньках.
 32. Основные положения и процедура составления забегов и жеребьевки-порядка старта пар на чемпионатах по многоборью, на чемпионатах по отдельным дистанциям, на чемпионатах по спринтерскому многоборью, на зимних Олимпийских играх.
 33. Правила соревнований по скоростному бегу на коньках: правила бега, наказания при их нарушении процедура принятия старта, различительные повязки и номера для участников соревнований. Процедура составления стартовых протоколов: группы, пары, квартеты, жеребьевка порядка старта.
 34. Правила соревнований по скоростному бегу на коньках, их разработка, утверждение и совершенствование. Виды и характер соревнований. Возрастные группы. Дистанции, многоборья и программы соревнований.
 35. Международные правила соревнований по скоростному бегу на коньках. Краткая историческая справка. Разработка, утверждение и процедура внесения дополнений и изменений. Основные отличия международных и всероссийских правил. Организация и проведение чемпионатов Европы, мира, зимних Олимпийских игр, Кубков мира и международных соревнований, их программы.
 36. Международные правила соревнований по шорт-треку. Краткая историческая справка. Разработка, утверждение и процедура внесения дополнений и изменений. Организация и проведение чемпионатов

- Европы и мира, зимних Олимпийских игр, Кубков мира и международных соревнований, их программы.
37. Основные правила скоростного бега на коньках на соревнованиях. Права и обязанности участников соревнований.
 38. Основные правила бега на соревнованиях в шорт-треке. Права и обязанности участников соревнований.
 39. Международные требования к спортивному инвентарю и экипировке спортсменов в скоростном беге на коньках.
 40. Международные требования к спортивному инвентарю и экипировке спортсменов в шорт-треке.
 41. Происхождение коньков и основные этапы их эволюции. Краткая характеристика современных коньков для скоростного бега и основные проблемы их совершенствования.
 42. Возникновение и основные этапы развития конькобежного спорта в России (СССР) Первые кружки и клубы, их роль. Русские конькобежцы и их достижения.
 43. Возникновение и основные этапы развития катания на коньках и конькобежного спорта. Возникновение и развитие конькобежного спорта за рубежом. Первые конькобежные клубы, первые соревнования. Создания национальных федераций. Первые международные соревнования и неофициальные чемпионаты Европы и мира.
 44. Краткая история возникновения и развития шорт-трека в СССР.
 45. Краткая история возникновения и развития шорт-трека на международной арене. Признание шорт-трека как вида спорта ИСУ. Чемпионаты Европы и мира, зимние Олимпийские игры.
 46. Основные требования к подготовке катков для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по шорт-треку.
 47. Эволюция техники бега на коньках. Современный стандарт техники бега сильнейших конькобежцев мира. Индивидуализация техники бега.

Основные перспективы совершенствования технического мастерства конькобежцев.

48. Понятие о спортивной технике бега на коньках, ее определение. Краткая характеристика эволюции основных элементов техники бега конькобежцев.
49. Цикличность движений конькобежца и структура скользящего шага. Силы, действующие на спортсмена во время бега на коньках.
50. Основные законы механики и понятие силы. Законы инерции, ускорение, сила реакции опоры, статическое и динамическое равновесие и их проявление в беге на коньках.
51. Посадка конькобежца, ее задачи и разновидности. Общая характеристика отталкивания. Линия опоры, линия отталкивания, угол отталкивания, динамическое равновесие.
52. Техника бега как совокупность кинематической, динамической и ритмической структур движений конькобежца.
53. Биомеханический анализ техники бега по прямой. Фазовый анализ двойного шага. Периоды двойной и одиночной опоры. Структура отталкивания и маховых движений ногами. Постановка конька на лед. Характер развития толчкового усилия.
54. Основные мышечные группы тела конькобежца, обеспечивающие его бег по льду.
55. Аэродинамика движений конькобежца: сила сопротивления воздушной среды (плотность и вязкость воздуха, площадь поперечного сечения тела, аэродинамический коэффициент, скорость движения).
56. Динамическая анатомия конькобежца: части тела, кости, мышцы, звенья, кинематические пары и цепи (незамкнутые, замкнутые и замкнувшиеся). Суставы и степени свободы движений.
57. Влияние силы и направления ветра на скорость передвижений конькобежца.

58. Сила трения поверхности конька о лед: трение покоя, трение скольжения, законы трения. Кулона и их реализация в скоростном беге на коньках. Трение в суставах.
59. Силы реакции опоры при одноопорном и двухопорном отталкивании. Темп бега, ритм бега, длительность шага.
60. Основные особенности техники бега на коньках на короткие дистанции (посадка, отталкивание, движение рук в беге по прямой и по повороту, количество шагов на дистанции).
61. Основные особенности техники бега на коньках на средние дистанции (посадка, отталкивание, движение рук в беге по прямой и по повороту, количество шагов на дистанции).
62. Основные особенности техники бега на коньках на длинные дистанции (посадка, отталкивание, движение рук в беге по прямой и по повороту, количество шагов на круге).
63. Биомеханический анализ и основные особенности техники бега по повороту. Фазовый анализ двойного шага по повороту.
64. Динамика развития усилий при беге по повороту. Центробежная и центростремительная силы. Динамическое равновесие. Техничко-тактические особенности бега по повороту на различные дистанции.
65. Старт, его цель и задачи. Разновидности стартовых поз. Понятие площади опоры.
66. Биомеханический анализ техники бега со старта. Повышение эффективности отталкивания при беге со старта. Особенности старта на различных дистанциях.
67. Методика обучения технике бега на коньках. Процесс обучения как один из видов познавательной деятельности. Взаимосвязь обучения и тренировки. Роль педагога в обучении. Физиологические и психологические основы обучения.

68. Этапы и последовательность обучения технике бега на коньках. Предупреждение и устранение ошибок. Оценка эффективности обучения и освоения двигательных навыков.
69. Дидактические принципы обучения: сознательность и активность, наглядность, доступность и индивидуализация, прочность, систематичность и воспитывающий характер обучения, непрерывность.
70. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Методология построения и проведения занятий по обучению технике бега на коньках.
71. Средства обучения: общеразвивающие упражнения, подвижные и спортивные игры, упражнения из других видов спорта, подводящие упражнения, специальные упражнения, упражнения на коньках в помещении и на снегу, упражнения на коньках на льду.
72. Три фазы образования динамического стереотипа двигательных навыков. Умение и навык, автоматизация навыка.
73. Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой. Подводящие и специальные упражнения, подвижные игры на льду.
74. Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту. Подводящие и специальные упражнения, подвижные игры на льду.
75. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега по прямой.
76. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега конькобежцев по повороту.
77. Специальные упражнения для обучения и совершенствования техники бега со старта.
78. Организационные и профилактические мероприятия для обеспечения безопасности обучающихся бегу на коньках. Страховка и само страховка. Способы торможения.
79. Меры безопасности и предупреждения травматизма и заболеваний при занятиях скоростным бегом на коньках. Санитарно-гигиенические нормы проведения занятий.

80. Меры безопасности и предупреждения травматизма и заболеваний при занятиях шорт-треком. Санитарно-гигиенические нормы проведения занятий.
81. Коньки и ботинки для занятий шорт-треком и основные требования к ним. Технология крепления конька к ботинку. Основные требования к экипировке шорт-трековиков.
82. Краткая характеристика наиболее распространенных травм и заболеваний конькобежцев, их профилактика. Основы первой медицинской помощи при травмах и обморожениях.

Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса

1. Знание программного материала разделов дисциплины.
2. Знакомство со стендами моделей коньков и их эволюции, просмотр учебного видеофильма по истории и эволюции коньков.
3. Написание реферата на тему : Где, когда и как я научился кататься на коньках.
4. Написание реферата на тему: Мой любимый герой – выдающийся конькобежец мира.
5. Написание реферата на тему: Основные мышечные группы, обеспечивающие движение конькобежца на льду (разгибатели/сгибатели бедра, голени, стопы; мышцы отводящие и приводящие бедро).
- 6 . Владение методическими приемами начального обучения техники бега на коньках: прямая, поворот, старт, виды торможения, подготовка мест занятий..
7. Подготовка к проведению части урока, урока в целом с разработкой соответствующих планов-конспектов.
8. Разработка документов планирования и организация проведения соревнований.
9. Определение победителей соревнований в скоростном беге и в шорт-треке.

10. Выполнение практических заданий по точке коньков, исправлению овала и загиба бегового конька.

11. Выполнение практических заданий по разметке беговой конькобежной дорожки (стандартной и нестандартной), а также беговой дорожки для шорт-трека.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Второй год обучения (3-й и 4-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 12 зачетных единиц, 432 академических часов.

заочная ускоренная 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	
1	Раздел 1. Введение в специальность	3	2	4	48		
2	1.1. Организационная структура и деятельность Международного союза конькобежцев		2		16		
3	1.2. Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку за последние годы. Перспективы совершенствования программы соревнований			2	16		
4	1.3. Система организации занятий и подготовки конькобежцев			2	16		
5	Раздел 2. История и перспективы развития конькобежного спорта	3	2	4	48		
6	2.1. Анализ соревнований по скоростному бегу на коньках на			2	16		

	зимних Олимпийских играх с 1924 года по настоящее время						
7	2.2. Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)			2	16		
8	2.3. Единая Всероссийская спортивная классификация по конькобежному спорту		2		16		
9	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий бегом на коньках и конькобежного спорта	3-4	2	2	32		
10	3.1. Современные системы подготовки льда на крытых искусственных катках		2		16		
11	3.2. Оборудование площадок для общей и специальной подготовки конькобежцев. Тренажеры и приспособления, применяемые в учебно-тренировочном процессе			2	16		
12	Раздел 4. Педагогическая характеристика учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте	4	2	6	70		
13	4.1. Учебный урок и тренировочное занятие			2	14		
14	4.2. Система многолетней спортивной подготовки конькобежцев (общие положения)		1		14		
15	4.3. Структура и основное содержание многолетней подготовки конькобежцев		1		14		
16	4.4. Годичное планирование тренировки конькобежцев			2	14		
17	4.5. Структура построения и основное содержание планирования мезо- и микроциклов подготовки конькобежцев			2	14		
18	Раздел 5. Виды подготовки в конькобежном спорте	4	2	2	32		
19	5.1. Теоретическая подготовка конькобежцев		2		16		
20	5.2. Морально-волевая и психологическая подготовка конькобежцев			2	16		
21	Раздел 6. Тактика и тактическая подготовка конькобежцев	4	2	4	60		
22	6.1. Общее понятие тактики в		2		16		

	конькобежном спорте						
23	6.2. Тактика бега на конкретные дистанции у женщин и мужчин			1	16		
24	6.3. Тактическая подготовка конькобежцев			1	16		
25	6.4. Тактика бега в шорт-треке			2	12		
26	Раздел 7. Методика базовой подготовки и профилированных занятий конькобежным спортом в массовом физкультурном и спортивном движении	4		10	89		
27	7.1. Организационно-методические основы занятий конькобежным спортом в системе физического воспитания (в дошкольном учреждении, в школе, техникуме, ПТУ, ВУЗе и др.)			1	12		
28	7.2. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ			1	12		
29	7.3. Программа для ДЮСШ и СДЮШОР по конькобежному спорту и по шорт-треку			1	12		
30	7.4. Отбор детей для занятий конькобежным спортом на основе комплекса критериев			1	12		
31	7.5. Общие основы теории и методики многолетней подготовки юных конькобежцев			2	12		
32	7.6. Планирование и построение многолетней подготовки юных конькобежцев			2	14		
33	7.7. Система контроля и управления подготовкой юных конькобежцев			2	15		
31	Экзамен	4				9	Экзамен
Итого часов:			12	32	379	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).

Зачетные требования для студентов II-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу.
2. Сдать экзамены по окончании 4-го семестра в объеме пройденного материала.
3. Сдать зачет по практическому разделу программы: проведение различных вариантов жеребьевок, составление групп и забегов на соревнованиях; разметка беговых дорожек различной длины; технология хронометрирования графиков бега конькобежцев, работа с секундомером; заливка нестандартных катков; методы тестирования конькобежцев; уроки ОФП и СФП конькобежцев младших разрядов.
4. Получить положительные оценки по учебной практике.
5. Написать 9 рефератов по изучаемым разделам программы и получить по ним положительные оценки.
6. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовленности, разработанные кафедрой.
7. Принять участие в судействе не менее трех соревнований в качестве помощников различных судей.

Примерный перечень вопросов экзамену для студентов II курса.

1. Единая Всероссийская спортивная классификация в конькобежном спорте. Цель и задачи. Причины изменения нормативов. Условия выполнения разрядных нормативов.
2. Основные перспективы и направления в совершенствовании программы и правил соревнований Международного союза конькобежцев.
3. Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках за последние годы.

4. Основные правил жеребьевки на дистанции 500м на зимних Олимпийских играх.
5. Программа соревнований по шорт-треку в многоборье. Основные правила жеребьевки в шорт-треке.
6. Программы соревнований юных конькобежцев. Организация и проведение массовых всероссийских соревнований юных конькобежцев.
7. Методика расчета длины беговой дорожки. Расчет беговой дорожки длиной 333,3м.
8. Способы, последовательность и схемы разметки стандартных 400 и 333,3м беговых двойных дорожек.
9. Приспособления и инвентарь, необходимые для разметки беговой дорожки на катке. Расчет беговой дорожки длиной 400 метров.
10. Способы, последовательность и схемы разметки нестандартных дорожек (одинарных) длиной 250, 200, 150 и 110 метров. Методика расчета длины беговой дорожки.
11. Последовательность разметки беговой дорожки. Расчет беговой дорожки для шорт-трека длиной 110 метров.
12. Спортивный инвентарь и вспомогательное оборудование для тренировки конькобежцев. Тренажерные комплексы и специальные технические устройства.
13. Оборудование площадок для общей и специальной подготовки конькобежцев. Спортивные сооружения, используемые в подготовке конькобежцев.
14. Тренажеры для обучения спортивной технике и ее совершенствования, для общей и специальной физической подготовки.
15. Исторические предпосылки создания Международного союза конькобежцев (ИСУ). Первый Конгресс и решения. Члены ИСУ, условия вступления в ИСУ, права и обязанности членов ИСУ.

16. Система соревнований Международного союза конькобежцев. Основные права и обязанности национальных федераций, проводящих соревнования ИСУ.
17. Организационная структура и основные принципы деятельности ИСУ: Конгресс, Совет ИСУ, технические комитеты, комиссии, консультанты.
18. Финансовая деятельность ИСУ. Определение понятия «любитель», «профессионал». Реклама и спонсорство.
19. Новое в системе определения результатов и признание мировых рекордов.
20. Анализ изменения программы соревнований Олимпийских игр. Перспективы дальнейшего совершенствования программы соревнований по скоростному бегу на коньках на зимних Олимпийских играх.
21. Современные зимние Олимпийские игры. Годы и места проведения. Анализ изменений программы соревнований по конькобежному спорту.
22. Анализ состояния и основные направления в развитии шорт-трека на международной арене: соотношение сил, краткий анализ прошедшего зимнего сезона и итоги выступления российских конькобежцев.
23. Анализ изменения программ олимпийских соревнований по шорт-треку и перспективы ее совершенствования. Система отбора и допуска.
24. Результаты выступлений российских конькобежцев на Олимпийских играх.
25. Анализ выступлений конькобежцев на зимних Олимпийских играх 2018.
26. Анализ выступлений конькобежцев шорт-трековиков на зимних О.И. 2018г.
27. Оздоровительная направленность занятий конькобежным спортом.
28. Общие требования к физической подготовке конькобежцев: ОФП, СФП и СП.
29. Неспецифические, специфические и специальные упражнения.
30. Игры и развлечения на льду. Предупреждение травматизма и обморожений.

- 31.Морфологические критерии отбора конькобежцев. Значение функциональных показателей организма и их учет при отборе.
- 32.Педагогические тесты и их информативность при отборе юных конькобежцев.
- 33.Цель, основные задачи и содержание теоретической подготовки.
- 34.Средства и методы теоретической подготовки. Взаимосвязь теоретической подготовки с другими видами подготовки конькобежцев.
- 35.Психологическая подготовка конькобежцев. Ее цель и задачи, место в учебно-тренировочном процессе.
- 36.Предстартовые состояния конькобежца (боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия), их регулирование и способы воздействия на спортсмена.
- 37.Средства и методы психологической подготовки конькобежцев.
- 38.Моральные и волевые качества конькобежцев. Мотивация. Методы воспитания волевых качеств.
- 39.Общая и специальная волевая подготовка конькобежцев.
- 40.Тактика поведения и действий конькобежцев как один из факторов достижения высоких результатов на соревнованиях.
- 41.Основные особенности тактики бега конькобежцев на короткие дистанции.
- 42.Анализ графиков и тактических вариантов бега на дистанции 1500м.
- 43.Основные особенности тактики бега конькобежцев на длинные дистанции.
- 44.Анализ графиков (раскладка сил) и тактических вариантов бега на длинные дистанции: мужчины 5000 и 10000м.
- 45.Особенности тактики бега конькобежцев, специализирующихся в шорт-треке.
- 46.Спортивная форма и цикличность подготовки конькобежцев.
- 47.Основные особенности спортивной подготовки в конькобежном спорте, связанная с его сезонностью.

48. Цель и задачи многолетнего процесса спортивной подготовки конькобежцев.
49. Многолетнее планирование – 4-х летний олимпийский цикл. Варианты динамики общего объема и интенсивности тренировочной нагрузки.
50. Оценка и перспективное прогнозирование функциональных возможностей и физических качеств юных конькобежцев.
51. Общая характеристика условных фаз активных занятий конькобежным спортом, их возрастные границы. Общие тенденции объемов ОФП, СФП и СП и интенсивности нагрузки.
52. Формы и методы планирования, учета и контроля в работе с юными конькобежцами в ДЮСШ.
53. Варианты построения годичного цикла подготовки конькобежцев, (одно-, двух-, трехцикловой), их основные особенности, содержание, динамика объемов интенсивности нагрузки, соотношение ОФП, СФП и СП.
54. Периодизация тренировочного процесса в годичном цикле. Периоды подготовки, их основные цели и задачи, основное содержание и направленность тренировочного процесса.
55. Мезо- и микроциклы подготовки конькобежцев, их общая характеристика, цели и задачи.
56. Мезоциклы общеподготовительного этапа: втягивающий, базовый общефизические мезоциклы.
57. Этапы, мезоциклы подготовительного периода. Их цели и задачи, основное содержание и направленность тренировочного процесса.
58. План-конспект урока. Цели и задачи, структура и содержание отдельных частей урока. Плотность и эффективность урока.
59. Урок и тренировочное занятие. Цели и задачи урока и его части. Виды уроков. Содержание частей урока.
60. Тренировочное занятие, его основные особенности и отличия от учебного урока. Цели и задачи тренировочных занятий. Части тренировочного занятия и их содержание.

61. Основные особенности построения и проведения тренировочных занятий на льду в зимнее время.

Темы рефератов

1. Сравнительный анализ выступления конькобежцев на двух последних Олимпийских играх» (на одной из дистанций у женщин или мужчин).

2. Анализ одного из чемпионатов мира, Европы, России, зимних Олимпийских игр прошедшего сезона.

3. Мой новый тренажер (устройство, приспособление), который я рекомендую внедрить в учебно-тренировочный процесс подготовки конькобежцев».

4. Как я начал заниматься конькобежным спортом. Первые годы тренировки».

5. Деловая игра: ««Если бы я был тренером, то я спланировал бы свою годовичную подготовку следующим образом...»

6. Краткий анализ одного из мезоциклов и микроциклов подготовки студента в прошедшем спортивном сезоне» (на основе записей в тренировочных дневниках).

7. Подвижные игры на льду и вне льда, применяемые при обучении катанию и в начальной подготовке конькобежцев.

8. Программа и организация отбора новичков для занятий конькобежным спортом.

9. Программа комплексного педагогического и медицинского контроля конькобежцев младших спортивных разрядов.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Третий год обучения (5-й и 6-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 10 зачетных единиц, 360 академических часов.

Заочная ускоренная 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	
1	Раздел 1. Введение в специальность	5	4	6	57		
2	1.1. Общие и специальные правила проведения чемпионатов Европы и мира, Кубков мира и международных соревнований ИСУ.			2	20		
3	1.2. Организация, проведение и судейство соревнований по конькобежному спорту		2	2	18		
4	1.3. Организация, проведение и судейство соревнований по шорт-треку		2	2	19		
5	Раздел 2. История и перспективы развития конькобежного спорта	5		6	44		
6	2.1. Анализ соревнований по скоростному бегу на коньках на чемпионатах мира по многоборью, по спринту, на отдельных дистанциях с 1893 года по настоящее время			4	22		
7	2.2. Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках и шорт-трека на международной арене и Российской			2	22		

	Федерации (по итогам прошедшего сезона)						
8	Раздел 3. Планирование, организация и методология научно-исследовательской работы в конькобежном спорте	5	2	4	60		
9	3.1. Наука как вид деятельности. Научные исследования – основа прогресса конькобежного спорта.		2		20		
10	3.2. Организация и проведение научно-исследовательской работы			2	20		
12	3.3. Методы исследований в конькобежном спорте			2	20		
13	Раздел 4. Физическая подготовка конькобежцев	6		10	80		
14	4.1. Основы воспитания быстроты конькобежцев			2	16		
15	4.2. Основы воспитания силы конькобежцев			2	16		
16	4.3. Основы воспитания выносливости конькобежцев			2	16		
17	4.4. Основы воспитания гибкости конькобежцев			2	16		
18	4.5. Основы воспитания ловкости, координации и способности к расслаблению мышц			2	16		
19	Раздел 5. Основы тренировки конькобежцев	6	6	6	66		
20	5.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки		2		20		
21	5.2. Характеристика средств и методов тренировки		2	2	16		
22	5.3. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели		2	2	18		
23	5.4. Спортивный дневник – основа учета и контроля тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов			2	12		
24	Экзамен	6				9	Экзамен
Итого часов:			12	32	307	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).

**Примерная тематика курсовых и выпускных квалификационных работ
по конькобежному спорту для студентов РГУФКСМиТ**

1. Исследование различных исторических аспектов развития скоростного бега на коньках и шорт-трека в России и на международной арене.
2. Анализ динамики мировых рекордов у взрослых и у юниоров. Взаимосвязь динамики мировых рекордов с изменениями в методике подготовки спортсменов, совершенствовании спортивного инвентаря и материально-технической базы катков.
3. Исследование изменений программ и правил соревнований. Разработка основных направлений их дальнейшего совершенствования.
4. Анализ основных изменений нормативов ЕВСК и перспектива их дальнейшего совершенствования по скоростному бегу на коньках и шорт-треку.
5. Анализ многолетних статистических показателей и спортивных результатов конькобежцев и шорт-трековиков на чемпионатах Европы, мира и на зимних Олимпийских играх.
6. Исследование миграции сильнейших конькобежцев мира в течение зимнего соревновательного сезона (по расстояниям, количеству дней).
7. Исследование миграций (по высоте над уровнем моря) сильнейших конькобежцев и шорт-трековиков мира в течение зимнего соревновательного сезона.
8. Исследование динамики изменений спортивного инвентаря и экипировки конькобежцев и шорт-трековиков. Разработка перспективных направлений в

совершенствовании инвентаря и экипировки.

9. Исследование системы подготовки высококачественного льда для конькобежцев и поиск новых технологий.
10. Многолетняя динамика показателей педагогического контроля различных групп занимающихся конькобежным спортом и шорт-треком (от новичков до спортсменов сборных команд).
11. Разработка информативных методов и методик тестирования физических качеств юных конькобежцев в многолетнем тренировочном процессе.
12. Исследование уровня общей и специальной физической подготовленности конькобежцев и шорт-трековиков в многолетнем тренировочном процессе.
13. Исследование современной тактики бега сильнейших конькобежцев мира на различных дистанциях (500, 100, 1500, 3000, 5000, 10000м) и в командных гонках преследования.
14. Исследование современной тактики бега сильнейших шорт-трековиков мира.
15. Многолетний анализ динамики тренировочной нагрузки конькобежцев и шорт-трековиков различной квалификации (в т.ч. и на основе анализа собственных спортивных дневников).
16. Исследования многолетней динамики спортивных результатов сильнейших конькобежцев мира.
17. Изучение анатомо-морфологических и возрастных показателей сильнейших конькобежцев и шорт-трековиков мира, а также различных возрастных и квалификационных групп спортсменов.
18. Исследование основных параметров биомеханики скоростного бега на коньках и шорт-трека на различных участках соревновательных дистанций.
19. Исследование эффективности различных стартовых поз конькобежцев, используемых ими в беге на короткие и средние дистанции.
20. Исследование современной системы подготовки льда на крытых катках
21. Исследование весо-ростовых показателей сильнейших шорт-трековиков мира.

22. Исследование весо-ростовых показателей сильнейших конькобежцев мира.
23. Методика воспитания локальной мышечной выносливости у конькобежцев разных возрастных групп.
24. Методика начальной подготовки конькобежцев
25. Исследование скоростно-силовых качеств у конькобежцев и шорт-трековиков спортсменов старших разрядов
26. Катание на коньках, как средство здорового образа жизни.
27. Роликовые конька как средство подготовки конькобежцев в подготовительном периоде
28. Индивидуальный профиль структуры 4-хлетнего макроцикла у мужчин и женщин-конькобежцев высокой квалификации
29. Изменение результатов выполнения двигательных тестов и бега на коньках у девочек и мальчиков разного возраста в процессе обучения и тренировки.
30. Спортивное и профессиональное мастерство студентов выпускников РГУФКСМиТ за тридцатилетний период.
31. Эволюция методов исследования техники бега конькобежцев
32. Психологические особенности личности спортсменок-конькобежек различной спортивной квалификации и возраста.
33. Техника бега со старта конькобежцев различной спортивной квалификации
34. Травмы и заболевания у конькобежцев их профилактика.
35. Анализ техники бега по повороту
36. Анализ исторических аспектов эволюции системы соревнований по скоростному бегу на коньках
37. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств конькобежцев.
38. Динамика средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
39. Эффективность использования различных тренажеров в технической подготовке конькобежцев.

Зачетные требования для студентов III-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу.
2. Сдать зачеты по практическому разделу: освоение и демонстрация общих и специальных упражнений для развития физических качеств конькобежцев.
3. Сдать экзамен по окончании 6-го семестра в объеме пройденного материала
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовленности, разработанные кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие не менее чем в пяти соревнованиях по скоростному бегу на коньках.
7. Участвовать в судействе не менее трех соревнований в качестве различных судей.
8. Овладеть навыками научно-исследовательской работы. Выбрать тему и подготовить план написания выпускной квалификационной работы. Приступить к выполнению данной работы,
9. Написать восемь рефератов по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.

Примерный перечень вопросов к экзамену для студентов III курса

1. Анализ состояния конькобежного спорта в России.
2. Итоги зимнего спортивного сезона: анализ чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр. Новые рекорды.
3. Методика проведения занятий конькобежным спортом в различных условиях: на катке, роликодроме, в лесу, шоссе, стадионе, спортивных залах.
4. Основные организационно-методические, особенности проведения занятий по конькобежному спорту в различных организациях.

5. Особенности работы в различных звеньях. Система физического воспитания с учетом особенностей пола, возраста, уровня подготовленности.
6. Возрастные особенности детей занимающихся конькобежным спортом.
7. Подготовка и проведение соревнований.
8. Календарь соревнований, его роль и значение.
9. Положение о соревновании, подготовки и содержание, значение.
10. Материально-техническое обеспечение соревнований. Документация. Судейская коллегия.
11. Проведение жеребьевки в многоборье, спринтерском многоборье, в беге на отдельные дистанции.
12. Права и организации проводящей соревнования.
13. Международные правила по скоростному бегу на коньках. Общие правила проведения чемпионатов ИСУ. Система утверждения мест и сроков проведения чемпионатов ИСУ.
14. Специальные правила ИСУ по конькобежному спорту: заявки, группы, критерии отбора на чемпионат Европы, мира и Олимпийские игры по многоборью и дистанциям.
15. Состав судейской коллегии на чемпионатах ИСУ, жеребьевка, составление забегов.
16. Перспективы совершенствования программы официальных соревнований по конькобежному спорту и шорт-треку.
17. Организационно-методические особенности подготовки и проведения массовых соревнований по конькам.
18. Анализ изменения программ соревнований.
19. Система отбора на официальные соревнования.
20. Организация и проведение допингового контроля на чемпионатах ИСУ.
21. Разметка катка и беговых дорожек различной длины.
22. Методология научного исследования: объект и предмет научного познания, классификация наук.

23. Требования к написанию научной работы.
24. Составление рабочего плана исследования.
25. Исследование анатомо-морфологических особенностей конькобежцев: антропометрия, соматоскопия, гониометрия, рентгеноскопия, фотобиометрия.
26. Анкета и анкетирование.
27. Педагогическое наблюдение.
28. Педагогический эксперимент.
29. Планирование эксперимента.
30. Тесты и требования к проведению тестирования.
31. Лабораторные функциональные пробы: велоэргометрия, газообмен, ЭКГ, биохимические методы.
32. Исследования тактической подготовленности конькобежцев: анализ графиков бега на различных дистанциях, изменение длины и частоты шагов. Изменение ритма шага.
33. Оптические методы исследования техники бега.
34. Динамометрические методы исследований в конькобежном спорте.
35. Контрольные испытания.
36. Определение скользкости льда. Аэродинамика бега на коньках.
37. Анализ спортивного дневника спортсмена.
38. Сила как физическое качество. Абсолютная и относительная сила. Режимы проявления силовых качеств.
39. Средства и методы воспитания силы.
40. Факторы, лимитирующие развитие силы мышц.
41. Воспитание силы в процессе многолетней тренировки.
42. Быстрота как физическое качество. Основные формы проявления быстроты. Резервы быстроты и особенности мышечной композиции спринтеров.
43. Характеристика компонента нагрузки и методы воспитания быстроты.
44. Возрастные особенности развития быстроты. Понятие «барьер скорости».

45. Воспитание быстроты в многолетнем процессе тренировки.
46. Воспитание быстроты в отдельном занятии, микроцикле и в различных периодах годового цикла.
47. Место силовых упражнений в тренировочном микроцикле на различных этапах подготовки в годовом цикле.
48. Выносливость как физическое качество. Общая и специальная выносливость. Факторы, лимитирующие проявление выносливости.
49. Средства и методы воспитания общей и специальной выносливости в беге на различные дистанции.
50. Методы воспитания выносливости.
51. Факторы, лимитирующие и определяющие аэробную производительность.
52. Энергетические критерии интенсивности нагрузки при воспитании выносливости.
53. Гибкость как физическое качество. Активная и пассивная гибкость. Гибкость и другие физические качества.
54. Факторы, лимитирующие проявления гибкости.
55. Средства и методы воспитания гибкости. Контроль за развитием гибкости.
56. Возрастные особенности воспитания гибкости.
57. Понятие ловкости и координации движений. Факторы, лимитирующие их.
58. Расслабление мышц. Способность к расслаблению и факторы ее лимитирующие.

Темы рефератов

1. Подготовить положение о соревновании (по заданию преподавателя).
2. Анализ одного из чемпионатов мира, Европы, России прошедшего сезона.
3. Комплексы неспецифических, специфических и специальных упражнений для воспитания быстроты конькобежцев.
4. Комплексы неспецифических, специфических и специальных упражнений для воспитания силы конькобежцев

5. Комплексы общей и специальной круговой тренировки для воспитания выносливости конькобежцев.

6. Комплексы упражнений для воспитания специальной гибкости конькобежцев.

7. Комплексы упражнений, подвижных и спортивных игр для воспитания ловкости и координации движений».

8. По заданию преподавателя написать реферат по одному из специальных методов исследования в конькобежном спорте.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Четвертый год обучения (7-й и 8-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 11 зачетных единиц, 396 академических часов.

заочная ускоренная 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	
1	Раздел 1. История и перспективы развития конькобежного спорта	7		4	34		
2	1.1. Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)			4	14		
3	Раздел 2. Медико-биологические основы тренировочного процесса в конькобежном спорте	7	4	6	63		

4	2.1. Анатомо-морфологическая характеристика спортсменов, занимающихся конькобежным спортом			2	21		
5	2.2. Энергетическая характеристика скоростного бега на коньках		2	2	21		
6	2.3 Профессиональные заболевания и травмы при занятиях конькобежным спортом и их профилактика		2	2	21		
7	Раздел 3. Теория и методика подготовки квалифицированных конькобежцев	8	2	6	66		
8	3.1. Основные особенности методики подготовки спринтеров			2	22		
9	3.2. Основные особенности методики подготовки стайеров			2	22		
10	3.3. Основные особенности методики подготовки конькобежцев- многоборцев		2	2	22		
11	Раздел 4. Профессионально-педагогическое мастерство тренера - специалиста по конькобежному спорт	8	2	2	36		
12	4.1. Структура, содержание и направленность профессиональной деятельности тренера по конькобежному спорту		2	2	36		
13	Раздел 5. Основы методологии планирования, контроля и управления тренировочным процессом в конькобежном спорте	8	4	6	66		
14	5.1. Методология планирования учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте		2	2	22		
15	5.2. Методология контроля за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте		2	2	22		
16	5.3. Основы управления за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте			2	22		
17	Раздел 6. Планирование, организация и методология научно-исследовательской работы в конькобежном спорте			8	78		
18	6.1 Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ			8	78		Выпускная квалификационная работа
19	Экзамен	8				9	Экзамен
Итого часов:			12	32	343	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).

Примерная тематика курсовых и выпускных квалификационных работ по конькобежному спорту для студентов РГУФКСМиТ (для заочного обучения)

1. Исследование различных исторических аспектов развития скоростного бега на коньках и шорт-трека в России и на международной арене.
2. Анализ динамики мировых рекордов у взрослых и у юниоров. Взаимосвязь динамики мировых рекордов с изменениями в методике подготовки спортсменов, совершенствовании спортивного инвентаря и материально-технической базы катков.
3. Исследование изменений программ и правил соревнований. Разработка основных направлений их дальнейшего совершенствования.
4. Анализ основных изменений нормативов ЕВСК и перспектива их дальнейшего совершенствования по скоростному бегу на коньках и шорт-треку.
5. Анализ многолетних статистических показателей и спортивных результатов конькобежцев и шорт-трековиков на чемпионатах Европы, мира и на зимних Олимпийских играх.
6. Исследование миграции сильнейших конькобежцев мира в течение зимнего соревновательного сезона (по расстояниям, количеству дней).
7. Исследование миграций (по высоте над уровнем моря) сильнейших конькобежцев и шорт-трековиков мира в течение зимнего соревновательного

сезона.

8. Исследование динамики изменений спортивного инвентаря и экипировки конькобежцев и шорт-трековиков. Разработка перспективных направлений в совершенствовании инвентаря и экипировки.

9. Исследование системы подготовки высококачественного льда для конькобежцев и поиск новых технологий.

10. Многолетняя динамика показателей педагогического контроля различных групп занимающихся конькобежным спортом и шорт-треком (от новичков до спортсменов сборных команд).

11. Разработка информативных методов и методик тестирования физических качеств юных конькобежцев в многолетнем тренировочном процессе.

12. Исследование уровня общей и специальной физической подготовленности конькобежцев и шорт-трековиков в многолетнем тренировочном процессе.

13. Исследование современной тактики бега сильнейших конькобежцев мира на различных дистанциях (500, 100, 1500, 3000, 5000, 10000м) и в командных гонках преследования.

14. Исследование современной тактики бега сильнейших шорт-трековиков мира.

15. Многолетний анализ динамики тренировочной нагрузки конькобежцев и шорт-трековиков различной квалификации (в т.ч. и на основе анализа собственных спортивных дневников).

16. Исследования многолетней динамики спортивных результатов сильнейших конькобежцев мира.

15. Изучение анатомо-морфологических и возрастных показателей сильнейших конькобежцев и шорт-трековиков мира, а также различных возрастных и квалификационных групп спортсменов.

16. Исследование основных параметров биомеханики скоростного бега на коньках и шорт-трека на различных участках соревновательных дистанций.

17. Исследование эффективности различных стартовых поз конькобежцев, используемых ими в беге на короткие и средние дистанции.

18. Исследование современной системы подготовки льда на крытых катках
19. Исследование весо-ростовых показателей сильнейших конькобежцев мира
20. Исследование весо-ростовых показателей сильнейших шорт-трековиков мира.
- .
21. Методика воспитания локальной мышечной выносливости у конькобежцев разных возрастных групп.
22. Методика начальной подготовки конькобежцев
23. Исследование скоростно-силовых качеств у конькобежцев и шорт-трековиков спортсменов старших разрядов
24. Катание на коньках, как средство здорового образа жизни.
25. Роликовые конька как средство подготовки конькобежцев в подготовительном периоде
26. Индивидуальный профиль структуры 4-хлетнего макроцикла у мужчин и женщин-конькобежцев высокой квалификации
27. Изменение результатов выполнения двигательных тестов и бега на коньках у девочек и мальчиков разного возраста в процессе обучения и тренировки.
28. Спортивное и профессиональное мастерство студентов выпускников РГУФКСМиТ за тридцатилетний период.
29. Эволюция методов исследования техники бега конькобежцев
30. Психологические особенности личности спортсменок-конькобежек различной спортивной квалификации и возраста.
31. Техника бега со старта конькобежцев различной спортивной квалификации
32. Травмы и заболевания у конькобежцев их профилактика.
33. Анализ техники бега по повороту

34. Анализ исторических аспектов эволюции системы соревнований по скоростному бегу на коньках
35. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств конькобежцев.
36. Динамика средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
37. Эффективность использования различных тренажеров в технической подготовке конькобежцев.

Темы рефератов

1. «Мои предложения по изменению программ, правил и календарей соревнований».
2. «Анализ одного из чемпионатов Европы, мира и России прошедшего сезона».
3. «Программа и план проведения восстановительных мероприятий в недельном микроцикле подготовки конькобежцев ДЮСШ».
4. «Комплекс скоростно-силовых упражнений для тренировки женщин в скоростном беге на коньках».

Зачетные требования для студентов IV-го года обучения

1. Сдать зачеты по теоретико-методическому курсу за 7-й и 8-й семестры.
2. Сдать зачеты по практическому разделу программы.
3. Сдать Экзамен по окончании 8-го семестра в объеме пройденного материала.
4. Сдать практические зачетные нормативы по общей и специальной физической подготовке, разработанной кафедрой.
5. Получить положительные оценки по учебной практике.
6. Принять участие в судействе не менее 4-х соревнований в качестве различных судей.
7. Подготовить к защите выпускную квалификационную работу.

8. Написать 4 реферата по изучаемым теоретическим разделам программы и получить по ним положительные оценки.

**Примерный перечень вопросов
к экзамену для студентов IV курса**

1. Анатомо-морфологические особенности конькобежцев. Влияние веса тела на спортивные результаты.
2. Основные мышечные группы, обеспечивающие передвижение конькобежца на льду. Характер их работы во время бега.
3. Рост конькобежцев и его влияние на спортивные результаты.
4. Состав мышц и их взаимосвязь со специализацией и спортивными результатами конькобежцев.
5. Источники энергии при мышечной работе, их мощность и емкость.
6. Зоны нагрузки при тренировке аэробных и анаэробных возможностей.
7. Аэробные возможности конькобежцев. Факторы, лимитирующие их.
8. Факторы, лимитирующие максимальное потребление кислорода (МПК).
9. Анаэробные возможности конькобежцев. Факторы, лимитирующие их.
10. Краткая характеристика основных факторов, влияющих на уровень спортивных результатов.
11. Основные факторы, определяющие уровень достижения в многоборье.
12. Влияние факторов внешней среды на конькобежцев и меры защиты от них.
13. Факторы, лимитирующие достижения высоких спортивных результатов в беге на 3000, 1000м.
14. Факторы, лимитирующие достижения высоких спортивных результатов в беге на 3000, 5000 и 10000м.
15. Анаболические стероиды и кровяной допинг в спорте.
16. Допинг и стимуляторы работоспособности, их воздействие на различные функции.

- 17.Правила ИСУ по антидопинговому контролю. Его организация на чемпионатах.
- 18.Критическая скорость бега, ее определение в условиях летней и зимней подготовки.
- 19.Виды и характер утомления.
- 20.Средства и методы ускорения процессов восстановления: педагогические, гигиенические, Физиотерапевтические, питание и фармакология.
- 21.Организация и содержание педагогического контроля за подготовкой конькобежцев.
- 22.Комплексный контроль в конькобежном спорте.
- 23.Виды контроля в конькобежном спорте.
- 24.Управление тренировочным процессом в конькобежном спорте.
- 25.Компоненты тренировочной нагрузки и их варьирование.
- 26.Взаимосвязь тренировочной нагрузки, утомление и восстановление работоспособности.
- 27.Особенности подготовки стайеров в годичном цикле.
- 28.Особенности тестирования уровня подготовленности стайеров.
- 29.Особенности тестирования уровня подготовленности спринтеров.
- 30.Основные особенности методики подготовки женщин в скоростном беге на коньках.
- 31.Общее понятие о планировании, его цели и задачи.
- 32.Формы планирования подготовки конькобежцев.
- 33.Взаимосвязь планирования, контроля и управление подготовкой конькобежцев.
- 34.Структура и основное содержание многолетней подготовки конькобежцев. Принципиальные проблемы соотношения объема и интенсивности нагрузки в многолетнем тренировочном процессе у конькобежцев.
- 35.Основные особенности перспективного планирования многолетней подготовки конькобежцев.

36. Динамика соотношения ОФП, СФП и СП конькобежцев в многолетнем процессе подготовки конькобежцев.
37. Годичное, поэтапное и оперативное планирование.
38. Особенности построения годичного цикла.
39. Периодизация. Цели, задачи и краткая характеристика подготовительного периода.
40. Периодизация. Цели, задачи и краткая характеристика соревновательного периода.
41. Периодизация. Цели, задачи и краткая характеристика переходного периода.
42. Структура и основное содержание годичного микроцикла подготовки конькобежцев.
43. Основные особенности многолетней подготовки спринтеров.
44. Особенности подготовки спринтеров в годичном цикле.
45. Основные особенности многолетней подготовки стайеров.
46. Особенности подготовки стайеров в годичном цикле.
47. Прогнозирование спортивных результатов.
48. План-конспект отдельного тренировочного занятия.
49. Методические особенности управления группой спортсменов во время учебно-тренировочного занятия.
50. Содержание профессионально-педагогической деятельности тренера.
51. Умения и навыки, которыми должен владеть тренер по конькобежному спорту.
52. Роль и значение тренера в процессе обучения и тренировки конькобежцев.
53. Обморожения, их профилактика и первая помощь при занятиях конькобежным спортом.
54. Краткая характеристика наиболее распространенных травм при беге на коньках и предупреждения.
55. Меры безопасности при занятиях конькобежным спортом.

56. Меры безопасности при занятиях шорт-треком.
57. Требования к спортивному инвентарю и форме в конькобежном спорте.
58. Требования к спортивному инвентарю и форме в шорт-треке.
59. Современный спортивный инвентарь и экипировка спортсменов в скоростном беге на коньках и их влияние на спортивные результаты.
60. Организация и проведение соревнований по конькобежному спорту. Виды соревнований.
61. Спринтерские дистанции и многоборье в конькобежном спорте. Особенности программы соревнований спринтеров.
62. Организация и проведение соревнований по шорт-треку. Виды соревнований. Состав судейской коллегии.
63. Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках. Перспективы совершенствования программы и правил соревнований.
64. Особенности программ соревнований женщин (дистанции и многоборье).
65. Особенности программ соревнований многоборцев в конькобежном спорте.
66. Система отбора и допуска на зимние Олимпийские игры.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - [3-е изд.]. - М. : Сов. спорт, 2009. - 199 с.
2. Конькобежный спорт : пример, прогр. спортив. подгот. для ДЮСШ., СДЮШОР : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту / В.П. Кубаткин [и др.] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: сов. спорт, 2006. - 127 с.

3. Методика сопряженного совершенствования техники старта и развития скоростно-силовых качеств конькобежцев : учеб.-метод. пособие / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. учреждение "Центр спортив. подгот. сбор. команд России". - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 102 с.
4. Панов Г.М. Тактика бега и тактическая подготовка конькобежцев мира : учеб.-метод, пособие для студентов и слушателей ипк и ппк РГУФКСиТ / Г.М. Панов, Е.В. Метелькова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 131 с.
5. Шорт-трек : пример, прогр. спорт, подгот. для дюшш, СДЮШОР : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / [авт.-сост. Г.М. Панов [и др.]] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2007. - 82 с.

б) Дополнительная литература:

1. Вашляев Б.Ф. О специальной подготовке конькобежцев = On Special Training of Speed Skaters / Б.Ф. Вашляев, И.Р. Вашляева // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. - 2006. - N 2. - С. 28-31.
2. Воронов А.В. Биомеханический анализ техники бега на коньках / А.В. Воронов, Ю.С. Лемешева // Вестн. спортив. науки. - 2012. - N 3. - С. 34-43.
3. Воронов А.В. Влияние конькобежного спорта на мышцы-разгибатели коленного сустава / А.В. Воронов, Я.Р. Бравый, Ю.С. Лемешева // Медицина и спорт. - 2006. - N 5. - С. 24-26.
4. Единая всероссийская спортивная классификация 2015-2018 гг. : Зим. виды спорта / [сост. И.В. Попов] ; М-во спорта РФ. - М.: Спорт, 2016. - 133 с.
5. Корх А.Я. Книга спортсмена, тренера и команды единомышленников / А.Я. Корх, В.А. Корх, Н.Л. Корх; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Флинта: наука, 2004. - 367 с.
6. Конькобежный спорт : учеб. для ин-ов физ. культуры: Допущен Ком. по физ. культуре и спорту / ред. Степаненко Е.П. - М.: ФиС, 1977. - 264 с.
7. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Матвеев Л.П. - Киев: Олимп, лит., 1999. - 319 с.

8. Михайлов В.В. Тренировка конькобежца-многоборца / Михайлов В.В., Панов Г.М. - М.: ФиС, 1975. - 230 с.
9. Осадченко Л.Ф. Конькобежный спорт и методика преподавания : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Осадченко Л.Ф.; РГАФК. - М., 2002. - 34 с.
10. Осадченко Л.Ф. Скоростной бег на коньках. Специальные упражнения конькобежца : метод. разработ. для студентов РГУФК : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФК / Л.Ф. Осадченко ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 20 с.
11. Осадченко Л.Ф. Тренировка и методика обучения технике бега на роликовых коньках : метод. рекомендации : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / Л.Ф. Осадченко, В.А. Чурсин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Физ. культура, 2008. - 24 с.
12. Стенин Б.А. Конькобежный спорт : учеб. пособие для фак. физ. воспитания пед. ин-тов по специальности "Физ. воспитание" : доп. Гос. ком СССР по народ. образованию / Б.А. Стенин, В.Г. Половцев. - М.: Просвещение, 1990. - 176 с.
13. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте / Октай Мирза оглы Мирзоев. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 203 с.
14. Суслов Ф.П. Спортивная тренировка в различных климато-географических условиях (среднегорье, жаркий и холодный климат, смена часового пояса) : метод, разработ. для студентов тренерского фак., слушателей ВШТ и ФПК Акад. / Суслов Ф.П.; РГАФК. - М., 1996. - 37 с.

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

1. Союз конькобежцев России www.russkating.ru/
2. Международный союз конькобежцев www.isu.org/
3. Конькобежный центр московской области www.kolomna-speed-skating.com/
4. История олимпийских игр <http://olimp-history.ru/node/369>

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

- программное обеспечение дисциплины:
- 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.

Учебные видеофильмы:

- Тренировка сильнейших конькобежцев Норвегии. ИСУ,
- Техника и биомеханика скоростного бега на коньках «Клапскейт». ИСУ;
- Методика подготовки сильнейших конькобежцев мира. ИСУ;
- Техника бега на роликовых коньках;
- История конькобежного спорта
- Начальное обучение бегу на роликовых коньках.

Видеозаписи:

- Чемпионатов Европы, мира и зимних Олимпийских игр по скоростному бегу на коньках и шорт-треку;
 - проведения соревнований по марафону в Нидерландах;
 - Российский конькобежный спорт (основные этапы становления конькобежного спорта);
 - тренировка сильнейших шорт-трековиков мира в подготовительном периоде;
 - специальных упражнений конькобежцев, применяемые для обучения и совершенствования техники бега на коньках.
- 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:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest
www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений:

- компьютерный класс;
- аудитория для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа;
- аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций;
- спортивный комплекс: ледовая арена (для занятий шорт-треком и фигурным катанием);
- помещение для хранения, ремонта инвентаря и оборудования для конькобежного спорта.

Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Оргтехника (год выпуска):

- АРМ в составе системного блока PIV-2 (6МГц), клавиатура, мышь – 2004г.
- Компьютер «Cel 500/64/10/4» - 2004г.
- Копировальный аппарат «Canon PC-860» - 2004г.
- Принтер «HP Laser Jet – 1300» (2шт.), 2003 и 2004г.
- Компьютер - 2007г.

- Ноутбук «HP» - 2007г.
- Монитор «Philips NEC-1550 V-15» - 2004г.
- Принтер «HP Laser Jet-1320» - 2002г.
- Монитор «Samsung» - 2007г.
- Диктофон – 2007г.
- Ноутбук – 1шт. – 2009г.
- Компьютер-стандарт – 10шт. – 2009г.
- Монитор-17" - 2шт. – 2009г.

Научная аппаратура:

- Видеокамера «Sony-DCR-VX-2100E», 2004г.
- Пульсометр «Polar-S 610» - 2004г.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) ТиМ избранного вида спорта (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточного контроля: 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	Максимальное кол-во баллов
---	--	---------------------------------	----------------------------

		обучения (в неделях)¹	
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: «Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения»</i>		5
2	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История конькобежного спорта»</i>		4
3	<i>Презентация по теме «Современная история конькобежного спорта (скоростной бег на коньках и шорт-трек)»</i>		3
4	<i>Выполнение РГР по теме «Сравнительный анализ рекордов мира среди взрослых и юниоров»</i>		3
5	<i>Презентация по теме «Мой кумир в конькобежном спорте»</i>		3
6	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3: «Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом»</i>		4
7	<i>Контрольная работа по теме 3.1: «Катки, их оборудование, инвентарь. Заливка льда и разметка дорожек»</i>		3
8	<i>Лабораторная работа по теме 3.2: «Спортивный инвентарь и экипировка конькобежцев» (Точка коньков).</i>		3
9	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: "Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека"</i>		4
10	<i>Контрольная работа по теме 4.2: «Биомеханические основы техники бега на коньках»</i>		3
11	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5: "Методика обучения и совершенствования технике бега на коньках"</i>		4
12	<i>Контрольная работа по теме 5.2: «Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой»</i>		2
13	<i>Контрольная работа по теме 5.3: «Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту»</i>		2
14	<i>Контрольная работа по теме 5.4: «Методика обучения и совершенствования техники бега со старта и технике торможения»</i>		3
15	<i>Творческое задание (презентация) по теме 5.5: «Подвижные игры для обучения и совершенствования техники бега на конька»</i>		4

16	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 6: «Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту»</i>		4
17	<i>Контрольная работа по теме 6.1: «Классификация соревнований»</i>		2
18	<i>Творческое задание по теме 6.2: «Документы планирования и организация проведения соревнований»</i>		4
19	<i>Посещение занятий</i>	<i>Весь период</i>	10
	<i>Экзамен</i>		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения»</i>	10
3	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «История конькобежного спорта»</i>	10
4	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом»</i>	10
5	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека»</i>	10
6	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «Методика обучения и совершенствования техники бега на коньках»</i>	10
7	<i>Тестирование в системе «МООДУС» по разделу «Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту»</i>	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.

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	

выражение оценки	Неудовлетворительно		Удовлетворительно	Хорошо	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) **ТиМ избранного вида спорта (Конькобежный спорт)** для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестры
Форма промежуточного контроля: 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: "Введение в специальность"</i>		4
2	<i>Контрольная работа по теме 1.3: «Система организации занятий и подготовки конькобежцев»</i>		3
3	<i>Выполнение практического задания по разделу 7: «Методика базовой подготовки и профилированных занятий конькобежным спортом в массовом физкультурном и спортивном движении.» Написать план-конспект тренировочного занятия по конькобежному спорту для лиц различного пола.</i>		3
4	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»</i>		4
5	<i>Электронные аттестующие тесты в системе</i>		4

	<i>МООДУС по разделу по разделу 3: «Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом»</i>		
6	<i>Контрольная работа по теме 3.1: «Современные системы подготовки льда на крытых искусственных катках»</i>		3
7	<i>Презентация по теме 3.2: «Оборудование площадок для общей и специальной подготовки конькобежцев. Тренажеры и приспособления, применяемые в тренировочном процессе». «Проектировка площадки для ОФП и СФП конькобежцев»</i>		3
8	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: «Педагогическая характеристика учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте»</i>		4
9	<i>Выступление на семинаре по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки конькобежцев».</i>		3
10	<i>Контрольная работа по темам: 5.1 «Теоретическая подготовка конькобежцев» и 5.2 «Морально-волевая и психологическая подготовка конькобежцев»</i>		3
11	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу по разделу 6: «Тактика и тактическая подготовка конькобежцев»</i>		4
12	<i>Контрольная работа по теме 6.3: «Тактическая подготовка конькобежцев».</i>		4
13	<i>Выполнение практического задания по разделу 6: «Тактика и тактическая подготовка конькобежцев»</i>		4
14	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 7: «Методика базовой подготовки и профилированных занятий конькобежным спортом в массовом физкультурном и спортивном движении»</i>		4
15	<i>Написание реферата по теме: «Динамика спортивных результатов у спортсменов детского, младшего и среднего возраста по конькобежному спорту за последние 5 лет».</i>		5
16	<i>Презентация по теме 7.7: «Система контроля и управления подготовкой юных конькобежцев».</i>		5
17	<i>Посещение занятий</i>		10
	<i>Экзамен</i>		30 баллов
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: "Введение в специальность"</i>	10

3	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»</i>	10
4	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу по разделу 3: «Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом»</i>	10
5	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: «Педагогическая характеристика учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте»</i>	10
6	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу по разделу 6: «Тактика и тактическая подготовка конькобежцев»</i>	10
7	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 7: «Методика базовой подготовки и профилированных занятий конькобежным спортом в массовом физкультурном и спортивном движении»</i>	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.

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 (модулю) ТиМ избранного вида спорта (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестры

Форма промежуточного контроля: экзамен – 6 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: «Введение в специальность»</i>		6
2	<i>Контрольная работа по темам 1.1 «Общие и специальные правила проведения чемпионатов Европы и Мира, Кубков Мира и международных соревнований ИСУ». 1.2 «Организация проведения и судейства соревнований по конькобежному спорту»; 1.3 «Организация проведения и судейства соревнований по шорт-треку».</i>		2
3	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»</i>		6
4	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3: «Планирование, организация и методология научно-исследовательской работы в конькобежном спорте»</i>		6
5	<i>Презентация по темам 3.3 «Курсовая работа студента РГУФКСМиТ»</i>		12
6	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: «Физическая подготовка конькобежцев»</i>		6
7	<i>Контрольная работа по теме: 4.1 «Основы воспитания быстроты конькобежцев»</i>		2
8	<i>Презентация по теме: 4.2 «Основы воспитания силы конькобежцев»</i>		2
9	<i>Контрольная работа по теме: 4.3 «Основы воспитания выносливости конькобежцев»</i>		2
10	<i>Презентация по теме: 4.4 «Основы воспитания</i>		2

	<i>гибкости конькобежцев»</i>		
11	Контрольная работа по теме: 4.5 «Основы воспитания ловкости, координации и способности к расслаблению мышц конькобежцев».		2
12	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) конькобежцев»;		2
13	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5: «Основы тренировки конькобежцев»		6
14	Контрольная работа по теме 5.1 «Основные закономерности построения спортивной тренировки»;		2
15	Контрольная работа по теме 5.2 «Характеристика средств и методов тренировки»;		2
16	Посещение занятий	<i>Весь период</i>	10
	Экзамен по дисциплине		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: «Введение в специальность»	10
3	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»	10
4	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3: «Планирование, организация и методология научно-исследовательской работы в конькобежном спорте»	10
5	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: «Физическая подготовка конькобежцев»	10
6	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5: «Основы тренировки конькобежцев»	10
7	Презентация по темам 3.3 «Курсовая работа студента РГУФКСМиТ»	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 (модулю) ТИМ избранного вида спорта (Конькобежный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТИМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестры
Форма промежуточного контроля: экзамен – 8 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу I: «Введение в специальность»</i>		6
2	<i>Презентация по теме 1.1: «Изменения правил соревнований по конькобежному спорту, принятые на</i>		2

	конгрессах ISU»		
3	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»		6
4	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3: "Медико-биологические основы тренировочного процесса в конькобежном спорте"		6
5	Контрольная работа по темам 3.2, 3.4, 3.5: «Энергетическая характеристика скоростного бега на коньках»; «Утомление и ускорение процессов восстановления спортивной работоспособности конькобежцев»; «Антидопинговый контроль в конькобежном спорте».		2
6	Презентация по теме 3.3: «Профессиональные заболевания и травмы при занятиях конькобежным спортом и их профилактика»		2
7	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: "Теория и методика подготовки квалифицированных конькобежцев (1 разряд-КМС)"		6
8	Контрольная работа по теме 4.4: «Основные особенности методики подготовки женщин в скоростном беге на коньках»		2
9	Контрольная работа по теме 4.3: «Основные особенности методики подготовки конькобежцев-многоборцев»;		2
10	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5: «Профессионально-педагогическое мастерство тренера-специалиста по конькобежному спорту»		6
11	Контрольная работа по теме 5.1: «Структура, содержание и направленность профессиональной деятельности тренера по конькобежному спорту»		2
12	Выполнение практического задания по теме 5.1: составить план подготовки на макроцикл для конькобежцев различного уровня подготовленности.		2
13	Контрольная работа по разделу 6: «Основы методологии планирования, контроля и управления тренировочным процессом в конькобежном спорте».		2
14	Презентация по теме: Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ (Введение, 1, 2, 3 главы, выводы) (для студентов 4 курса очной формы обучения)		14
15	Посещение занятий		10
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1: «Введение в специальность»</i>	10
3	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2: «История и перспективы развития конькобежного спорта»</i>	10
4	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3: "Медико-биологические основы тренировочного процесса в конькобежном спорте"</i>	10
5	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4: "Теория и методика подготовки квалифицированных конькобежцев (1 разряд-КМС)"</i>	10
6	<i>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5: «Профессионально-педагогическое мастерство тренера-специалиста по конькобежному спорту»</i>	10
7	<i>Презентация по теме: Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ (Введение, 1, 2, 3 главы, выводы).(для студентов 4 курса очной формы обучения)</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

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 лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный
спорт)»**

(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 ускоренная*
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет [47] зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [1-8].

Цель освоения дисциплины (модуля): подготовить 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 конькобежному спорту в коллективах физкультуры, ДЮСШ, спортивных интернатах и т.п., с контингентом занимающихся от новичков до массовых спортивных разрядов.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

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 – 6 способность использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;

ОПК – 8 способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта;

ОПК – 11 способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;

ПК - 8 способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических

основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта;

ПК - 9 способность формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта, воспитывать у занимающихся моральные принципы честной спортивной конкуренции;

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 - 13 способность использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию;

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;

ПК – 26 способность планировать оснащение физкультурно-спортивной организации соответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем;

ПК – 28 способность выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;

ПК – 30 способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):
Заочная ускоренная 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	
1	Раздел 1. Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения		8	22	128		
2	1.1 Введение в специальность	1	2		12		
3	1.2 Эволюция системы соревнований по конькобежному спорту	1		2	12		
4	1.3 Определение и общая характеристика коньков, катков и упражнений на коньках. Скоростной бег на коньках и шорт-трек	1		2	12		
5	1.4 Организационная структура конькобежного спорта в России	1		2	12		
6	1.5 Спортивные достижения национальной сборной команды по конькобежному спорту	1			10		
7	1.6 Организационная структура и деятельность международного союза конькобежцев	3	2		12		
8	1.7 Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку за последние годы. Перспективы совершенствования программы соревнований	3		2	12		
9	1.10 Организация, проведение и судейство соревнований по конькобежному спорту	5	2	4	12		

10	1.11 Организация, проведение и судейство соревнований по шорт-треку	5	2	4	12		
11	1.12 Основные изменения правил соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку за последние годы. Перспективы совершенствования программы соревнований	9		4	22		
12	Раздел 2. История и перспективы развития конькобежного спорта		6	24	151		
13	2.1 Общая краткая история возникновения и развития конькобежного спорта	1	2	4	28		
14	2.2 Современная история развития скоростного бега на коньках и шорт-трека	1	2	2	28		
15	2.4 Анализ соревнований по скоростному бегу на коньках на зимних Олимпийских играх с 1924 г. по н.в.	3		2	12		
16	2.5 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)	3		2	12		
17	2.6 Единая Всероссийская спортивная классификация по конькобежному спорту	3	2		12		
19	2.7 Анализ соревнований по скоростному бегу на коньках на Чемпионатах Мира по многоборью, по спринту, на отдельных дистанциях с 1893 г. по н.в.	5		4	14		
20	2.8 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)	5		2	9		
21	2.9 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)	7		4	14		
22	2.9 Анализ состояния и перспективы развития скоростного бега на коньках на международной	9		4	22		

	арене и в Российской Федерации (по итогам прошедшего зимнего спортивного сезона)						
23	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом		2	6	81		
24	3.1 Катки, их оборудование и инвентарь. Заливка льда и разметка дорожек	1			20		
25	3.2 Спортивный инвентарь и экипировка конькобежцев	1		2	20		
26	3.3 Меры безопасности и предупреждение травматизма и заболеваний при занятиях конькобежным спортом	1		2	20		
27	3.4 Современная система подготовки льда на крытых искусственных катках	3	2		11		
28	3.5 Оборудование площадок для общей и специальной подготовки конькобежцев. Тренажеры и приспособления, применяемые в учебно-тренировочном процессе	4		2	10		
29	Раздел 4. Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека		2	8	69		
30	4.1 Теоретические основы техники скоростного бега на коньках	1	2		14		
31	4.2 Биомеханические основы техники бега на коньках	1		2	14		
32	4.3 Техника бега по прямой	1		2	14		
33	4.4 Техника бега по повороту	2		2	14		
34	4.5 Техника бега со старта	2		2	13		
35	Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники бега на коньках		4	6	60		
36	5.1 Методика обучения технике бега на коньках	2	2		12		
37	5.2 Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой	2	2		12		
38	5.3 Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту	2		2	12		
39	5.4 Методика обучения и совершенствования техники бега со старта и технике торможения	2		2	12		
40	5.5 Подвижные игры для обучения и совершенствования техники бега на коньках	2		2	12		
41	Раздел 6. Педагогическая		2	6	58		

	характеристика учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте						
42	6.1 Учебный урок и тренировочное занятие	4		2	12		
43	6.2 Система многолетней спортивной подготовки конькобежцев (общие положения)	4	1		12		
44	6.3 Структура и основное содержание многолетней подготовки конькобежцев	4	1		12		
45	6.4 Годичное планирование тренировки конькобежцев	4		2	12		
46	6.5 Структура построения и основное содержание планирования мезо- и микроциклов подготовки конькобежцев	4		2	10		
47	Раздел 7. Виды подготовки в конькобежном спорте		2	2	20		
48	7.1 Теоретическая подготовка конькобежцев	4	2		10		
49	7.2 Морально-волевая и психологическая подготовка конькобежцев	4		2	10		
50	Раздел 8. Тактика и тактическая подготовка конькобежцев		2	4	48		
51	8.1 Общее понятие тактики в конькобежном спорте	4	2		12		
52	8.2 Тактика бега на конкретных дистанциях у женщин и мужчин	4		1	12		
53	8.3 Тактическая подготовка конькобежцев	4		1	12		
54	8.4 Тактика бега в шорт-треке	4		2	12		
55	Раздел 9. Физическая подготовка конькобежцев			10	60		
56	9.1 Основы воспитания быстроты конькобежцев	6		2	12		
57	9.2 Основы воспитания силы конькобежцев	6		2	12		
58	9.3 Основы воспитания выносливости конькобежцев	6		2	12		
59	9.4 Основы воспитания гибкости конькобежцев	6		2	12		
60	9.5 Основы воспитания ловкости, координации и способности к расслаблению мышц	6		2	12		
61	Раздел 10. Методика базовой подготовки и профилированных занятий конькобежным спортом в массовом физкультурном и			10	70		

	спортивном движении						
62	10.1. Организационно-методические основы занятий конькобежным спортом в системе физического воспитания (в дошкольном учреждении, в школе, техникуме, ПТУ, ВУЗе и др.)	4		1	10		
63	10.2. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ	4		1	10		
64	10.3. Программа для ДЮСШ и СДЮШОР по конькобежному спорту и по шорт-треку	4		1	10		
65	10.4. Отбор детей для занятий конькобежным спортом на основе комплекса критериев	4		1	10		
66	10.5. Общие основы теории и методики многолетней подготовки юных конькобежцев	4		2	10		
67	10.6. Планирование и построение многолетней подготовки юных конькобежцев	4		2	10		
68	10.7. Система контроля и управления подготовкой юных конькобежцев	4		2	10		
69	Раздел 11. Планирование, организация и методология научно-исследовательской работы в конькобежном спорте		2	18	239		
70	11.1. Наука как вид деятельности. Научные исследования – основа прогресса конькобежного спорта.	5	2		12		
71	11.2. Организация и проведение научно-исследовательской работы	5		2	12		
72	11.3. Выпускная квалификационная работа студента РГУФКСМиТ	8		6	150		
73	11.4. Методы исследований в конькобежном спорте	5		2	12		
74	11.3. Курсовая работа студента РГУФКСМиТ	6		8	53		
75	Раздел 12. Основы тренировки конькобежцев		6	6	44		
76	12.1. Основные закономерности построения спортивной тренировки	6	2		12		
77	12.2. Характеристика средств и методов тренировки	6	2	2	12		
78	12.3. Тренировочная нагрузка и характеризующие ее показатели	6	2	2	12		
79	12.4. Спортивный дневник – основа учета и контроля	6		2	8		

	тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов						
80	Раздел 13. Медико-биологические основы тренировочного процесса в конькобежном спорте		8	12	111		
81	13.1. Анатомо-морфологическая характеристика спортсменов, занимающихся конькобежным спортом	7		2	14		
82	13.2. Энергетическая характеристика скоростного бега на коньках	7	2	2	14		
83	13.3. Профессиональные заболевания и травмы при занятиях конькобежным спортом и их профилактика	7	2	2	14		
84	13.4. Утомление и ускорение процессов восстановления спортивной работоспособности конькобежцев	7	2	2	22		
85	13.5. Антидопинговый контроль в конькобежном спорте	7	2	2	25		
86	13.6. Модельные характеристики и тесты функциональной подготовленности конькобежцев (1 разряд- КМС)	7		2	22		
87	Раздел 14. Теория и методика подготовки квалифицированных конькобежцев		6	12	86		
88	14.1. Основные особенности методики подготовки спринтеров	8		2	14		
89	14.2. Основные особенности методики подготовки стайеров	8		2	14		
90	14.3. Основные особенности методики подготовки конькобежцев- многоборцев	8	2	2	14		
91	14.4. Основные особенности методики подготовки женщин в скоростном беге на коньках	7	2	2	22		
92	14.5. Основные особенности методики подготовки конькобежцев, специализирующихся в шорт-треке	7	2	4	22		
93	Раздел 15. Профессионально-педагогическое мастерство тренера- специалиста по конькобежному спорту		2	2	18		
94	15.1. Структура, содержание и направленность профессиональной деятельности тренера по конькобежному спорту	8	2	2	18		

95	Раздел 16. Основы методологии планирования, контроля и управления тренировочным процессом в конькобежном спорте		8	12	120		
96	16.1.Методология планирования учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте	8	2	2	16		
97	16.2. Методология контроля за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте	8	2	2	16		
98	16.3Основы управления за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте	8		2	16		
99	16.4.Методология планирования учебно-тренировочного процесса в конькобежном спорте	8	2	2	24		
100	16.5. Методология контроля за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте	8	2	2	24		
101	16.6Основы управления за учебно-тренировочным процессом в конькобежном спорте	8		2	24		
102	Раздел 17. Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту		2	2	40		
103	17.1 Классификация соревнований	2	2		10		
104	17.2 Документы планирования и организация проведения соревнований	2		2	10		
105	17.3 Требования к участникам соревнований	2			10		
106	17.4 Подведение итогов соревнований	2			10		
			48	128	1500	36	

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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра ТИМ лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)»

(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 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
(наименование)
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
(наименование)
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 201__ г.

Составитель:

Осадченко Людмила Федоровна, доцент кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Чурсин Виктор Андреевич, доцент кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Леонтьева Екатерина Изосимовна, старший преподаватель кафедры теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках РГУФКСМиТ;

Рецензент:

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) ТiM избранного вида спорта (конькобежный спорт) является:

- обеспечить готовность к практической реализации, установленных программой дисциплины общекультурных и профессиональных компетенций;
- обеспечить овладение профессиональной подготовленностью по дальнейшему развитию конькобежного спорта как национального средства обеспечения физического и нравственного здоровья различных групп населения и как одного из популярных в России зимнего олимпийского вида спорта;
- подготовка бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в конькобежном спорте;
- 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 конькобежцев;
- готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием конькобежной подготовки для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека;
- владение 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.

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» является системообразующей (сквозной) в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура (уровень бакалавриата)».

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (конькобежный спорт)» входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Как сквозная дисциплина, её изучение наиболее тесно связано и опирается прежде всего на дисциплины профессионального цикла «Конькобежный спорт» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: история физической культуры, анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, химия, физика, информатика, спортивная метрология, спортивная медицина, психология, педагогика, социология, экология, правовые основы профессиональной деятельности, безопасность жизнедеятельности и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся конькобежным спортом, включая ветеранов. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе конькобежной подготовки, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Специфика данной дисциплины обусловлена еще и подготовкой выпускника к профессиональной деятельности в основном в естественных, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных природных условиях.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, соответствующие требованиям к поступающим (абитуриентам).

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	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-3	<i>Знать:</i> - принципы и методы обучения;	2	-	2
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики физической культуры и спорта;	3-4	-	3-4
	<i>Знать:</i> - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.	6	-	6
	<i>Знать:</i> - основы теории и методики подготовки высококвалифицированных конькобежцев;	8	-	9
	<i>Уметь:</i> - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта;	2	-	2
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.	4	-	4
	<i>Уметь:</i> - составлять план-конспекты тренировочных занятий по конькобежному спорту.	6		6
	<i>Уметь:</i> - разрабатывать тренировочные планы подготовки различных типов для спортсменов в конькобежном спорте.	8	-	10
	<i>Владеть:</i> - навыками применения 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.	2	-	2
	<i>Владеть:</i> - навыками применения основных закономерностей спортивной тренировки в конькобежном спорте.	6	-	6
	<i>Владеть:</i> - навыками построения различных циклов подготовки высококвалифицированных конькобежцев (спринтеров, стайеров и шорт-трековиков).	8	-	8
ОПК-6	<i>Знать:</i> - состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной	1	-	1

	направленности с лицами различного пола и возраста.			
	<i>Знать:</i> - организационно-методические основы занятий конькобежным спортом для различных групп населения.	3	-	3
	<i>Уметь:</i> - применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при разработке планов тренировочных занятий с лицами различного пола и возраста.	1	-	1
	<i>Уметь:</i> - применять организационно-методические основы занятий конькобежным спортом для различных групп населения при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.	3	-	3
	<i>Владеть:</i> - навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.	3	-	3
ОПК-8	<i>Знать:</i> - основные положения правил соревнований по конькобежному спорту; - документы планирования и проведения соревнований;	1	-	1
	<i>Знать:</i> - виды и характер соревнований; - возрастные категории; - дистанции и программы соревнований; - состав судейской коллегии и обязанности судей; - составление забегов, жеребьевка.	3	-	3
	<i>Знать:</i> - правила соревнований по скоростному бегу на коньках и шорт-треку; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	5	-	5
	<i>Знать:</i> - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные изменения правил по конькобежному спорту и перспективы совершенствования программ соревнований.	7	-	7
	<i>Уметь:</i> - осуществлять объективное судейство соревнований;	1	-	1
	<i>Уметь:</i> - организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований;	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - навыками составления документов планирования и проведения соревнований различного уровня;	1	-	1
	<i>Владеть:</i> - навыкам проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований в секретариате.	5-6	-	5-6
	<i>Владеть:</i> - навыками организации соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований на различных судейских позициях.	7	-	7

ОПК-11	<i>Знать:</i> - основы научно-методической деятельности; - методы научного анализа и обработки результатов исследований; - методы формулирования и представления обобщений и выводов.	5	-	5
	<i>Уметь:</i> - выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; - применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.	5	-	5
ПК-8	<i>Знать:</i> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта;	7	-	7
	<i>Уметь:</i> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки;	7	-	7
	<i>Владеть:</i> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта;	7	-	7
ПК-9	<i>Знать:</i> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.	4	-	4
ПК-10	<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	-	7
ПК-11	<i>Знать:</i> - федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;	4	-	4
	<i>Знать:</i> - содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта; - методы планирования тренировочного процесса.	8	-	10
	<i>Уметь:</i> - подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам; - разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий.	4	-	4
	<i>Уметь:</i> - использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).	8	-	8
	<i>Владеть:</i> - навыками разработки перспективных и	4	-	4

	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>Владеть:</i> - информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;	8	-	8
ПК-13	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов; - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта;	6	-	6
	<i>Уметь:</i> - фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; - находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.	6	-	6
	<i>Владеть:</i> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.	6	-	6
ПК-14	<i>Знать:</i> - основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;	1	-	1
	<i>Знать:</i> - средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.	4	-	4
	<i>Уметь:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия.	2	-	2
	<i>Уметь:</i> - совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;	4	-	4
	<i>Владеть:</i> - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.	4	-	4
ПК-15	<i>Уметь:</i> - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности; - сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.	6	-	6
	<i>Владеть:</i> - средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности;	6	-	6
ПК-26	<i>Знать:</i> - функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;	1	-	1
	<i>Знать:</i> - технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем; - методы составления финансовых документов.	3	-	3
	<i>Уметь:</i> - осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;	1	-	1

	<i>Уметь:</i> - выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;	3	-	3
	<i>Владеть:</i> - навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.	1	-	1
	<i>Владеть:</i> - навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.	3	-	3
ПК-28	<i>Знать:</i> - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента.	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников;	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - основами организации и проведения научно-исследовательских работ;	7-8	-	9-10
ПК-30	<i>Знать:</i> - принципы организации научного исследования;	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - опытом научного анализа научных данных в практической деятельности.	5	-	5
	<i>Владеть:</i> - опытом применения научных данных в практической деятельности.	7-8	-	9-10

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 17,5 зачетных единиц, 630 академических часов.

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	
1	Раздел 1. Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I	8	12	66		
2	1.1 Введение в специальность		2	4	12		
3	1.2 Эволюция системы соревнований по конькобежному спорту		2	4	14		
4	1.3 Определение и общая характеристика коньков, катков и упражнений на коньках. Скоростной бег на коньках и шорт-трек		2		12		
5	1.4 Организационная структура конькобежного спорта в России		2		14		
6	1.5 Спортивные достижения национальной сборной команды по конькобежному спорту			4	14		
7	Раздел 2. История конькобежного спорта	I	4	10	50		
8	2.1 Общая краткая история возникновения и развития конькобежного спорта		2	6	26		
9	2.2 Современная история развития скоростного бега на коньках и шорт-трека		2	4	24		
10	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	I	4	20	60		

11	3.1 Катки, их оборудование и инвентарь. Заливка льда и разметка дорожек			8	20		
12	3.2 Спортивный инвентарь и экипировка конькобежцев		2	8	20		
13	3.3 Меры безопасности и предупреждение травматизма и заболеваний при занятиях конькобежным спортом		2	4	20		
14	Раздел 4. Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека	I	10	44	90		
15	4.1 Теоретические основы техники скоростного бега на коньках		2	6	18		
16	4.2 Биомеханические основы техники бега на коньках		2	10	18		
17	4.3 Техника бега по прямой		2	10	18		
18	4.4 Техника бега по повороту	II	2	10	18		
19	4.5 Техника бега со старта		2	8	18		
20	Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники бега на коньках	II	8	46	90		
21	5.1 Методика обучения технике бега на коньках		2	10	18		
22	5.2 Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой		2	10	18		
23	5.3 Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту		2	10	18		
24	5.4 Методика обучения и совершенствования техники бега со старта и технике торможения		2	8	18		
25	5.5 Подвижные игры для обучения и совершенствования техники бега на коньках			8	18		
26	Раздел 6. Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту	II	2	12	85		
27	6.1 Классификация соревнований		2		22		
28	6.2 Документы планирования и организация проведения соревнований			6	21		
29	6.3 Требования к участникам соревнований			2	22		
30	6.4 Подведение итогов соревнований			4	20		
31	Экзамен	II				9	Экзамен
Итого часов:			36	144	441	9	

Первый год обучения (1-й и 2-й семестры)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 11 зачетных единиц, 396 академических часов.

заочная 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	
1	Раздел 1. Конькобежный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	I	2	6	58		
2	1.1 Введение в специальность		2		12		
3	1.2 Эволюция системы соревнований по конькобежному спорту			2	12		
4	1.3 Определение и общая характеристика коньков, катков и упражнений на коньках. Скоростной бег на коньках и шорт-трек			2	12		
5	1.4 Организационная структура конькобежного спорта в России			2	12		
6	1.5 Спортивные достижения национальной сборной команды по конькобежному спорту				10		
7	Раздел 2. История конькобежного спорта	I	4	6	56		
8	2.1 Общая краткая история возникновения и развития конькобежного спорта		2	4	28		
9	2.2 Современная история развития скоростного бега на коньках и шорт-трека		2	2	28		
10	Раздел 3. Материально-техническое обеспечение занятий конькобежным спортом	I		4	60		
11	3.1 Катки, их оборудование и инвентарь. Заливка льда и разметка				20		

	дорожек						
12	3.2 Спортивный инвентарь и экипировка конькобежцев			2	20		
13	3.3 Меры безопасности и предупреждение травматизма и заболеваний при занятиях конькобежным спортом			2	20		
14	Раздел 4. Общие основы техники скоростного бега на коньках и шорт-трека	I	2	8	69		
15	4.1 Теоретические основы техники скоростного бега на коньках		2		14		
16	4.2 Биомеханические основы техники бега на коньках			2	14		
17	4.3 Техника бега по прямой			2	14		
18	4.4 Техника бега по повороту	II		2	14		
19	4.5 Техника бега со старта			2	13		
20	Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники бега на коньках	II	4	6	60		
21	5.1 Методика обучения технике бега на коньках		2		12		
22	5.2 Методика обучения и совершенствования техники бега по прямой		2		12		
23	5.3 Методика обучения и совершенствования техники бега по повороту			2	12		
24	5.4 Методика обучения и совершенствования техники бега со старта и технике торможения			2	12		
25	5.5 Подвижные игры для обучения и совершенствования техники бега на коньках			2	12		
26	Раздел 6. Основные положения правил соревнований по конькобежному спорту	II	2	2	40		
27	6.1 Классификация соревнований		2		10		
28	6.2 Документы планирования и организация проведения соревнований			2	10		
29	6.3 Требования к участникам соревнований				10		
30	6.4 Подведение итогов соревнований				10		
31	Экзамен	II				9	Экзамен
Итого часов:			12	32	343	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).

Примерный перечень вопросов к зачету (экзамену) для студентов I курса

1. Место и роль конькобежного спорта в современной системе физического воспитания, в физкультурном и спортивном движении.
2. Определение, классификация и общая характеристика конькобежного спорта, коньков, катков и физических упражнений на коньках.
3. Скоростной бег на коньках: определение, цель и задачи, катки, возрастные группы, спортивный инвентарь и экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции и многоборья, рекорды. Организация учебно-тренировочного процесса в скоростном беге на коньках в Российской Федерации.
4. Простое катание на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и экипировка занимающихся, основные правила проведения занятий, организация занятий простым катанием на коньках.
5. Устройство катков и конькобежных дорожек. Естественные и искусственные, открытые и закрытые, равнинные и горные, стандартные и нестандартные катки для скоростного бега на коньках.
6. Коньки и ботинки для простого катания и скоростного бега на коньках, основные требования к ним. Технология крепления конька к ботинку. Основные требования к экипировке занимающихся.

7. Марафонский бег как разновидность скоростного бега на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции, рекорды. Организация занятий марафонским бегом на коньках в Российской Федерации.
8. Охарактеризуйте оздоровительное и воспитательное значение занятий конькобежным спортом и простым катанием на коньках.
9. Краткая характеристика технологии подготовки и заливки льда на катках для простого катания и скоростного бега на коньках.
10. Заливка льда на катках: машины, механизмы и приспособления для заливки льда. Общие требования к подготовке катков для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований.
11. Современное состояние развития конькобежного спорта в Российской Федерации (с 1992г.): основные статистические показатели, состояние, тенденции и перспективы развития скоростного бега на коньках, успехи российских конькобежцев на международной арене.
12. Организационная структура конькобежного спорта в Российской Федерации: структура, основные цели и задачи общественных органов управления конькобежным спортом в стране. Финансирование. Управление.
13. Союз конькобежцев России: основные цели и задачи, организационная структура, деятельность и принятие решений, контроль и управление, хозяйственная и коммерческая деятельность, финансирование, взаимосвязь в работе с государственными и общественными спортивными организациями.
14. Шорт-трек как разновидность скоростного бега на коньках: определение, цель и задачи, возрастные группы, катки, спортивный инвентарь и экипировка, соревнования, правила соревнований, дистанции и многоборья, рекорды. Организация учебно-тренировочного процесса в шорт-треке в Российской Федерации.

15. Федерация шорт-трека России: основные цели и задачи, организационная структура деятельность и принятие решений, контроль и управление, хозяйственная и коммерческая деятельность, финансирование, взаимосвязь в работе с государственными и общественными спортивными организациями.
16. Основные этапы развития конькобежного спорта в СССР. Участие советских конькобежцев в чемпионатах Европы, мира и в зимних Олимпийских играх. Основные достижения советских конькобежцев.
17. Современное состояние развития шорт-трека в Российской Федерации (с 1996г.) география, основные статистические показатели, состояние, тенденции и перспективы развития шорт-трека, достижения российских шорт-трековиков на международной арене.
18. Международный союз конькобежцев (ИСУ): цель и задачи его деятельности, организационная структура, основные принципы работы, финансовая деятельность ИСУ.
19. Современная география и основные проблемы и перспективы развития шорт-трека на международной арене. Деятельность Международного союза конькобежцев по развитию шорт-трека.
20. Основные исторические предпосылки и создание Международного союза конькобежцев (ИСУ). Чемпионаты Европы и мира, зимние Олимпийские игры.
21. Современная география и основные проблемы развития скоростного бега на коньках на международной арене. Деятельность Международного союза конькобежцев по развитию скоростного бега на коньках.
22. Основные вопросы организации и проведения соревнований по шорт-треку. Проводящие организации, их права и обязанности по подготовке и проведению соревнований. Общие вопросы организации антидопингового контроля.
23. Правила соревнований по скоростному бегу на коньках: качественный и количественный состав судейской коллегии и обслуживающего